SANA A TUS ANTEPASADOS PARA SANAR TU VIDA

El poder transformador de la regresión genealógica

SHELLEY A. KAEHR

KEPLER

SANA A TUS

ANTEPASADOS

PARA SANAR TU VIDA

SANA A TUS ANTEPASADO

PARA SANAR TU VID

SHELLEY
A. KAEHR

KEPLER
Argentina – Chile – Colombia – España
Estados Unidos – México – Perú – Uruguay

Título original: *Heal your Ancestors to Heal your Life: The Transformative Power of Genealogical Regression.*
Editor original: Llewellyn Publications Woodbury, MN 55125 USA
www.llewellyn.com
Traducción: Tamara Arteaga y Yuliss M. Priego

1.ª edición Junio 2021

Reservados todos los derechos. Queda rigurosamente prohibida, sin la autorización escrita de los titulares del *copyright*, bajo las sanciones establecidas en las leyes, la reproducción parcial o total de esta obra por cualquier medio o procedimiento, incluidos la reprografía y el tratamiento informático, así como la distribución de ejemplares mediante alquiler o préstamo público.

Copyright © 2021 Shelley A. Kaehr, PhD
Illustrations by Mary Ann Zapalac
Author photo by Nichanh Nicole Photography
All Rights Reserved © 2021 *by* Ediciones Urano, S.A.U.
Plaza de los Reyes Magos 8, piso 1.º C y D – 28007 Madrid www.edicioneskepler.com
ISBN: 978-84-19029-67-6

Nota de la autora

Este libro no pretende ser el sustituto de ninguna consulta médica con un profesional de la salud mental. El lector debería visitar a un médico o un profesional de la salud mental para cuestiones relacionadas con esta y particularmente con respecto a cualquier síntoma que pueda requerir un diagnóstico o atención médica. El contenido de este libro trata sobre temas educativos, médicos y psicológicos. Dicho lo cual, el uso de este libro implica su acuerdo con este aviso.

Se han cambiado los nombres y detalles personales para proteger la privacidad de los individuos.

Índice Lista de ejercicios

Agradecimientos
Introducción

Parte 1
Resumen de la regresión transgeneracional

1. Comparación de la regresión a vidas pasadas con la regresión transgeneracional

Parte 2
Casos prácticos

2. Sanación física

3. Sanación emocional y espiritual

4. Maldiciones y juramentos

Parte 3
Viajes guiados

5. Ejercicios para la sanación del lado materno

6. Ejercicios para la sanación del lado paterno

7. Experiencias de sanación familiar

Conclusión
Bibliografía
Recursos adicionales

Lista de ejercicios

Capítulo 5

Habla con tu madre

Sana a tu yo infantil con tu madre

Viaja por el linaje materno

Viaja por el linaje materno

Sana tu vida presente con tu madre

Viaja para reunirte con tu madre biológica

Viaja para conocer a tu madre biológica antes de haber nacido

Sana a los antepasados de tu madre biológica

Vidas pasadas con tu madre adoptiva

Sanación ancestral para tu madre adoptiva

Capítulo 6

Habla con tu padre

Sana a tu yo infantil con tu padre

Viaja por el linaje paterno

Explora vidas pasadas con tu padre

Sana tu vida presente con tu padre

Viaja para reunirte con tu padre biológico

Viaja para conocer a tu padre biológico antes de haber nacido

Sana a los antepasados de tu padre biológico

Vidas pasadas con tu padre adoptivo

Sanación ancestral para tu padre adoptivo

Capítulo 7

Corta el vínculo con todos tus antepasados

Recupera el alma con tus padres

Revierte una maldición familiar

Viaja para reunirte con un antepasado

Viaja al inicio de tu árbol genealógico

Visita a las generaciones futuras de tu familia

Ilumina el pasado

Envía luz a tu familia: pasado, presente y futuro

Agradecimientos

Al igual que con el resto de mis publicaciones con Llewellyn, albergo una deuda de gratitud con mi querida amiga y mentora Angela Wix. Sin su guía, este libro y mis otros dos en Llewellyn, *Meet Your Karma* y *Past Lives with Pets*, no existirían. ¡Gracias!

A Bill Krause, Terry Lohmann, Kat Neff, Anna Levine, Lauryn Heineman, Andy Belmas, Shannon McKuhen, Sami Sherratt, Jake-Ryan Kent, Alisha Bjorklund, Lynne Menturweck, Patti Frazee, Kevin Brown, Donna Burch-Brown, Annie Burdick, Leah Madsen, Sammy Peterson, y el resto del equipo en Llewellyn; os expreso mi más sincera gratitud por vuestra ayuda y apoyo tanto en esta como en todas mis publicaciones con vosotros.

A mi familia y amigos; un simple gracias no es suficiente para expresar mi agradecimiento por vuestro querido apoyo y por haber creído en mi pasión por la escritura todos estos años. Un agradecimiento especial a Jim Merideth, Pat Moon y Paula Wagner.

Y, sobre todo, doy gracias a mis clientes y estudiantes, que han confiado en mí durante todos estos años para que los guíe y lleve a lugares inusuales. Agradezco la oportunidad de ayudaros. Me llena de asombro el coraje y la tenacidad que la gente demuestra cuando indaga en los aspectos desconocidos de su alma para conseguir sanarla. ¡Sois mis héroes y heroínas! ¡Namaste!

Introducción

Llevo varios años escribiendo *Sana a tus antepasados para sanar tu vida*, que es la consecuencia de miles de sesiones que he hecho a lo largo de los últimos veinte años. Creo en las vidas pasadas y en la idea de que nuestra alma experimenta muchas encarnaciones durante miles de años. Tras aprender de estas ideas en mi niñez y someterme a regresiones a vidas pasadas para ayudarme a sobrellevar algunos de mis propios problemas, comencé a llevar a cabo regresiones a vidas pasadas para otras personas de manera profesional una vez me doctoré en parapsicología en 2001. Mi doctorado es en medicina de la energía, y empecé a desarrollar una forma única de combinar la hipnoterapia para guiar a los clientes en sus experiencias pasadas a la vez que tratábamos sus recuerdos a un nivel holográfico. Descubrí que los pensamientos son cosas, y que trabajar en los recuerdos a un nivel energético consigue provocar cambios duraderos. Sé a ciencia cierta que mi procedimiento funciona en la mayoría de los casos. Lo sé porque lo he aplicado primero conmigo misma.

Durante un viaje guiado hace años, me di cuenta de que había retrocedido a un mal momento en el pasado y me hallé observando cómo *uno de los padres de mi antepasada la reprendía*. Envié curación a todos los implicados y descubrí que mi vida diaria parecía más ligera, positiva y tranquila. Al igual que todos los procedimientos que enseño ahora, lo encontré tan beneficioso que empecé a usar un procedimiento similar con clientes que lo necesitaran.

Por desgracia, al igual que cualquier otro método, mis técnicas habituales no funcionan con todas las personas que conozco. Lo que leerás en este libro es una técnica que uso para ayudar a ciertos clientes que sufren de un problema completamente distinto; uno que parece originarse más allá de sí mismos y de su propia alma.

La clave para llevar a cabo una regresión a vidas pasadas con éxito es hallar

la verdadera fuente de los sucesos problemáticos del pasado, hayan ocurrido en tu vida actual o hace miles de años. A veces, me he quedado con la profunda impresión de que los sucesos descritos le ocurrían a otra persona.

En la rara ocasión en la que eso sucedía, instaba a los clientes a que llamaran mentalmente a sus familiares para que les preguntaran si esa unidad familiar necesitaba sanar. Otras veces, cuando le pedía a la gente que viajara a sus vidas pasadas, como yo, accidentalmente acababan visitando algo que le había sucedido a un antepasado o a un miembro directo de su familia. Ahí es cuando se necesita la sanación generacional.

Los seres humanos compartimos no solo el planeta, sino también la experiencia colectiva de estar vivos. No solo estamos conectados a todos los seres humanos sobre la faz de la tierra; también poseemos un vínculo muy fuerte con nuestras familias, más fuerte de lo que te puedas imaginar. ¿Te has parado a pensar alguna vez en cuán ligado estás a tus antepasados: tus abuelos, primos u otros que precedieron tu existencia cientos o incluso miles de años antes?

Si eres como yo, normalmente vives tu día a día sin echarle mucha cuenta a los problemas, los líos, los triunfos y las tragedias que tus antepasados sufrieron para que pudieras estar aquí y ahora leyendo este libro. En realidad, la mayoría de la gente probablemente no piense demasiado en ello, pero deberíamos. Las batallas de nuestros antepasados, ya sea en la guerra o en la vida en general, nos ayudaron a convertirnos en lo que somos hoy, y deberíamos tenerlas más en cuenta mientras vivimos nuestro día a día. Después de leer estas historias, cambiarás de parecer al igual que yo, y llegarás a comprender mejor el simple hecho de que eres una extensión viviente de todos los integrantes de tu clan que vivieron antes que tú.

¿Y si pudieras comprender, explicar y sanar mejor los rasgos positivos al igual que los negativos, físicos, mentales, emocionales e incluso espirituales que has heredado de ellos? Y no solo eso. ¿Y si te han dado la oportunidad de no solo aliviar el sufrimiento de todos esos antepasados que sufrieron guerras, hambrunas o enfermedades, entre otras cosas, sino también arrojar una luz de absoluta bondad a las generaciones futuras que han de nacer en el mundo material? ¿Harías algo para ayudarlos si pudieras? Te enseñaré muchos procedimientos útiles en la parte 3 de este libro para ayudarte a hacer justo eso.

Con suerte, *Sana a tus antepasados para sanar tu vida* te ofrecerá una nueva visión del mundo y de la gente que te rodea. Y, sobre todo, espero que el

libro te provea de herramientas para fortalecerte y ayudar a las personas más cercanas a ti para que todos podáis vivir una vida llena de alegría, felicidad y determinación.

Parte 1
Resumen de la regresión transgeneracional

Las sesiones de regresión transgeneracional suelen empezar con los clientes explicándome por qué han venido a verme. Algunos acuden por curiosidad, para averiguar quiénes fueron en el pasado, mientras que otros tienen problemas graves que buscan sanar y transformar. Nos reunimos suponiendo que la fuente del dolor puede localizarse en algún punto de su pasado. La mayoría de las veces es así, pero en otras ocasiones hay que llevar a cabo otro tipo de ejercicio interno para resolver esos asuntos que nos impiden vivir con normalidad.

Los casos que aparecen en este libro son distintos a los del resto que he escrito. En lugar de visitar vidas pasadas, los clientes sanan aquellos sucesos que les ocurrieron a sus antepasados. Al arrojar una luz curativa a lo largo de su árbol genealógico, los clientes consiguen no solo su propio bienestar, sino también cambian positivamente las vidas y la futura felicidad de todos los integrantes de su familia.

En esta sección abordaremos las diferencias entre estas dos áreas de estudio con el fin de prepararte para los futuros viajes que puedas experimentar más adelante en este libro.

1

Comparación de la regresión a vidas pasadas con la regresión transgeneracional

La mayoría de la gente que quiere someterse a una regresión suele ser para revivir situaciones problemáticas en las áreas de las relaciones, la salud o la economía, o incluso para tratar de averiguar el propósito o la razón de su existencia. Mediante el uso de la imaginación guiada y la hipnosis, le pido a los clientes que regresen al suceso de origen en el cual comenzaron los problemas, ya fuere un suceso de esta vida o de un pasado previo a su nacimiento. En cuanto estoy convencida de que el cliente ha regresado a ese suceso de origen y toda la información necesaria se ha revelado, le pido que me cuente qué ha aprendido y por qué a su encarnación actual le resulta tan importante esa situación.

A continuación, los clientes se desligan de la energía que ya no les sirve a través de varios procesos que podrás probar en apartados posteriores en este libro. Si la información es positiva, le pido al cliente que me diga cómo puede incorporarla en su vida actual para que esta resulte una experiencia positiva. Si no, le pido que tome una decisión con tal de pasar página y seguir adelante con nueva comprensión y sabiduría.

Las regresiones ayudan a la gente a comprender que todos tenemos un propósito que podemos descubrir fijándonos en los patrones encontrados en las vidas anteriores de nuestra alma. En cuanto se identifican los patrones, podemos dilucidar el propósito del alma. No siempre somos creativos con nuestros propósitos. A menudo son bastante simples: aprender a querer, a

perdonar, a ayudar a los demás. La gente puede descubrir esos detalles con facilidad y terminar la sesión con la sensación de que han hecho lo que se suponía que debían hacer durante cualquiera de sus vidas. A veces, los clientes confirman el propósito de su alma al recordar sucesos pasados de su vida actual. Les ayudo a ver que, a menudo, los obstáculos a los que se han enfrentado en esta encarnación iban en consonancia con el propósito de su alma. La gente encuentra consuelo en el hecho de que, a pesar de que las cosas no siempre suceden como querrían, sí que pasan por una razón, y al usar la regresión a vidas pasadas son capaces de ver por sí mismos que, en lo que respecta al universo, van por el buen camino.

Los dones latentes y las habilidades del alma se pueden descubrir durante una regresión a vidas pasadas. ¿Y si fuiste un virtuoso del violín en Austria hace siglos, pero se te había olvidado? Es posible revivir esos recuerdos y trasladar esos talentos a la vida actual.

En cuanto al aspecto más complejo, las regresiones pueden ser bastante reveladoras a la hora de ayudar a la gente a regresar al suceso de origen, el cual muestra patrones de energía que se propagan a través del tiempo y causan problemas de salud o marcas emocionales que van más allá de cualquier cosa que el cliente haya podido experimentar en esta vida. Se puede lograr la sanación y la transformación desde la perspectiva de algún suceso pasado, y el alivio puede propagarse en el tiempo para brindar paz y tranquilidad al presente.

Hay otros clientes que, a través de las regresiones, buscan saber más detalles de la conexión que tienen con las personas que han conocido en esta vida y en las demás. A menudo se revela hasta qué punto somos capaces de llegar por hacer algo por la gente que queremos, ya sea a causa de una deuda o porque queremos mostrar una lealtad inquebrantable a aquello que sucedió hace tiempo.

La regresión a vidas pasadas es una herramienta increíble para la transformación personal. Lo sé porque a mí me ha ayudado a transformar mi propio luto y a entenderme a mí misma, a diferencia de cualquier otro método; y, créeme, llegados a este punto he probado de todo. Llevo veinte años dedicándome a esta profesión tan inusual y sigo convencida al cien por cien que no hay límite respecto a la información que puedes descubrir sobre ti mismo durante una regresión a vidas pasadas. La razón más importante para experimentarla es conseguir ser más feliz en tu vida actual.

¿Y su hubo algo aparte del viaje de tu alma que también te ha afectado? A

veces, durante lo que antes consideraba los casos más complejos, las técnicas que uso no parecían ayudar a encontrar el origen de los problemas de algunas personas, y lo que descubrí es que, en lo que respecta al alma, esta puede verse afectada por algo más que nuestras vidas pasadas.

La mayoría de la gente que busca someterse a una regresión a vidas pasadas menciona algún conflicto o problema relacionado con un familiar, aunque no sea la razón principal por la que quieran hacer la regresión. Normalmente hablan de alguna desavenencia o algún suceso del pasado en su vida actual en el que algo imperdonable ocurrió y, por desgracia, no lo han superado. Estos desafíos suelen girar en torno a nuestro entorno más cercano, y eso significa que es bien uno de nuestros padres o algún hermano o hermana. Aun así, cuando los clientes mencionan algún problema familiar, tiendo a suponer que los guiaré a sus vidas pasadas, que descubriré el suceso de origen del problema y que seguiré a partir de ahí. Este proceso casi siempre soluciona el problema. A veces no es así. De ahí la creación de este libro.

Me he dado cuenta de que todo lo que me diga el cliente durante la primera conversación está conectado de alguna manera, aunque esa conexión no resulte obvia al principio. En cuanto mencionan a un familiar, normalmente puedo guiarlos a una vida pasada en la que conocían a esa alma y ayudarlos a descubrir el patrón que se repite durante muchas vidas para que logren verlo con otra perspectiva y puedan sanar. Normalmente los clientes descubren que su alma ha elegido a esa gente en particular una y otra vez a lo largo de varias vidas para que les ayuden a aprender lecciones y lograr que su alma se desarrolle.

Si, por ejemplo, el propósito de tu alma es el perdón, ¿a que no sabes qué? Algunas almas han sido lo suficientemente consideradas —sí, he dicho «consideradas»— como para venir y hacerle a tu alma cosas imperdonables para que esta pudiera desarrollarse y aprender a perdonarlas. Ya sea perdonar lo imperdonable o amar al no ser amado, normalmente hay una dinámica de opuestos que le brinda la oportunidad de madurar a la persona que sana.

Por desgracia, a menudo este aprendizaje supone experiencias dolorosas, pero al final hay una gran recompensa en forma de crecimiento. En cuanto los clientes se percatan de los beneficios del aprendizaje para la evolución de su alma o encuentran el perdón y su propósito tras lo sucedido, logran la sanación.

Es una de las cosas que tiene en común la gente; la mayor parte del tiempo aprendemos a través del dolor más que del placer. No estoy segura de por qué,

pero es así. Si estás tumbado bajo el sol en la playa, no pareces entender las lecciones igual de bien que cuando te duele algo. Ojalá no fuera así; sé que podríamos cambiar la forma de pensar, pero en la gran mayoría de los casos, así son las cosas. ¿Y quién mejor para ayudarnos en los momentos más duros que nuestra familia?

Las lecciones del alma de nuestro clan

¿Por qué son complicadas las familias? No me cabe duda de que, en cierta forma, ya hemos pasado por suficientes cosas con las mismas personas a lo largo del tiempo hasta que identificamos y aprendemos la lección, perdonamos y pasamos página. Elegimos las experiencias antes de vivirlas en la actualidad. Si eres como casi todos nosotros, seguramente te estés preguntando: «¿Por qué demonios elegiría algo así?». ¡Buena pregunta!

No recordamos conscientemente lo que hemos aprendido en las vidas pasadas, pero sí que elegimos qué hacer antes de llegar, y eso forma parte de las lecciones de nuestra vida con el fin de ayudarnos con la evolución de nuestra alma. *No existen las coincidencias*. Tiene sentido que la gente que te ha traído al mundo, tu familia, esté aquí contigo porque son los que saben cómo ponerte a prueba; es decir, cómo impartir lecciones. Cuando te levantas y encuentras el perdón y la sanación, avanzas de forma positiva en la dirección correcta hacia el camino de la evolución de tu alma.

Cuando eliges sanar conscientemente, ayudas a tus antepasados y a las generaciones futuras de tu familia. Si más gente entendiese esto y compartiesen la luz y la sanación con todos los seres vivos, ya sean parientes o no, a saber cuánta evolución espiritual podríamos obtener como especie. Sánate a ti y a tu familia y cambiarás el mundo.

La regresión transgeneracional

En la sección de imaginación guiada aprenderás a curar los acontecimientos que no te sucedieron a ti directamente, sino a alguien emparentado contigo. Estos viajes son como escuchar una historia a escondidas a través de una ventana temporal. Al ser un viajero espiritual del tiempo, regresarás al pasado y rondarás los sucesos que tus antepasados necesitan sanar. Aprenderás a hacer

que tus propios antepasados lo comprendan y realizarás milagros en tu rutina. Mucha gente que participa en estos viajes acaba agradeciendo profundamente los desafíos a los que se han enfrentado los mayores.

Gracias a la aparición de páginas como Ancestry.com y otros servicios asequibles para pruebas de ADN, la investigación de nuestros antepasados se ha vuelto más fácil y accesible, y por lo tanto más popular. Últimamente, hay muchos programas de televisión sobre famosos desconcertados que se embarcan en un viaje para descubrir las claves de su herencia ancestral junto a un genealogista. El invitado especial siempre se echa a llorar en cuanto se entera de lo mal que lo pasaron sus antepasados para que el invitado pudiese disfrutar de su vida. Me encanta ver estos programas, pero sé que los famosos también podrían volver en el tiempo y ofrecer sanación a sus antepasados, afectando de ese modo a todas las personas de su linaje. Es cierto.

Querer ayudar a tus antepasados y a los futuros miembros de tu familia es una aspiración noble, una que sé que podrás lograr. Vivir para la familia y rendir homenaje a los antepasados es algo que ha formado parte del patrimonio cultural de muchos antes que nosotros.

Sanación en la historia

A pesar de que las regresiones a vidas pasadas suceden en la mente y no en el mundo real, cuando se visita a un antepasado y mandas luz y perdón a aquellos que han hecho daño a tu familia o a ti se lleva a cabo una transformación. Por otra parte, cuando pides clemencia y perdón a aquellos a quienes tú o tus antepasados habéis herido y mandas compasión a todos los que se han visto involucrados, recibimos una sanación tangible, profunda.

No hay nada tan bonito como honrar a los demás al hacer cosas como estas, a pesar de que este tipo de actos ocurren en la mente, en tu imaginación, en lugar de en el mundo real. Utilizo el término «imaginación» porque mis clientes viven muchísimas cosas que no se pueden demostrar en un laboratorio. El éxito del viaje depende de que el cliente se comprometa personalmente a confiar en el viaje.

Cuando te comprometes a crear un futuro mejor al creer que una persona puede dejar el pasado atrás sanando acontecimientos previos, viajarás a un estado de consciencia y unidad superior con otros humanos que enriquecerá tu vida, la de tus familiares y aquellos que entren en contacto contigo.

Creencias y áreas de exploración

¿Qué le debemos a nuestros antepasados? Buena pregunta. Si nuestra vida es maravillosa, se podría decir que se lo debemos todo. Si las cosas no van como esperábamos, tal vez pensemos de forma distinta. El concepto de la regresión a vidas pasadas implica que, cuando abandonamos el cuerpo, somos uno con el espíritu y, en cierto punto, con el propósito de aprender y evolucionar, nuestras almas eligen volver a nacer. Ese funcionamiento es algo que no creo que nadie sepa o entienda con certeza hasta llegar al espacio entre una vida y otra. Sí que tengo ideas sobre cómo funciona, pero mi creencia se basa en mi experiencia humana limitada.

Cada nacimiento representa la oportunidad de que nuestra consciencia se expanda y se una a los seres en un estado superior de amor, paz y aceptación. Para lograr el objetivo final, sin embargo, el alma a menudo decide experimentar adversidades y dificultades y tal vez cometa actos terribles contra otros. Cada acción representa el camino del karma y no hay hecho que pase inadvertido. Cuando nos mostramos amables, recibimos bondad. Cuando lo que hacemos no es nada bueno, nos enfrentamos a consecuencias que reflejarán dichas acciones. Donde las dan, las toman. La regresión ayuda a sanar de esas cosas horribles que suceden y a crear aquello que queremos en nuestra vida.

El infortunio heredado y la responsabilidad por las acciones de los antepasados

No puedo escribir un libro sobre la regresión transgeneracional sin al menos mencionar una de las frases e ideas más conocidas de la historia: los pecados del padre, un término patriarcal en la Biblia que sugiere que estamos sometidos a castigos según las acciones de nuestros antepasados en el pasado. Hay muchas referencias, incluyendo la de Números 14:18, que dice: «el Señor es lento para la ira… castigará la iniquidad de los padres sobre los hijos hasta la tercera y la cuarta generación».[1]

Desde luego, el cristianismo no es la única religión que cuestiona si pagamos por el pasado o no. La mitología griega incluye la historia de la Casa de Atreo, que comienza con la conspiración de Tántalo para engañar a los dioses Olímpicos al darles de comer a su propio hijo, con lo cual se produce un

asesinato y una traición a lo largo de cuatro generaciones hasta que la maldición familiar se disuelve. Y cómo olvidar la famosa saga tebana de Edipo, que mató a su propio padre y se casó con su madre. Sus hijos conservaron la maldición y lucharon por gobernar Tebas. El concepto de pagar por el pasado es multicultural y arquetípico.

¿Es cierto que pagamos por las transgresiones de nuestros antepasados? Nunca me he suscrito a ese parecer. Creas o no que estás pagando por los actos de tus antepasados, mucha gente sí que siente que lo que estos hicieron mucho antes de su nacimiento les influye. Leeremos sobre un cliente así en el capítulo 4. Sea como sea, creer es fundamental para sanar o no sanar. Este concepto da mucho que pensar, sobre todo en una conversación detallada sobre la influencia de nuestros antepasados en nuestra vida actual.

Con respecto al karma, la suma total de todas tus acciones en esta vida y las anteriores, ¿y si, además de saldar esas deudas también eres responsable de lo que ha hecho tu alma y las transgresiones y fechorías de aquellos a los que has elegido como familia? Utilizo «elegido» porque llevo mucho tiempo creyendo que elegimos a nuestros padres, a nuestros parientes y familiares, e incluso a nuestros amigos antes de encarnarnos para evolucionar y aprender juntos.

Hay muy poca gente con la que conectamos de manera significativa durante nuestras vidas y con la que no nos hemos encontrado antes. Si estamos disgustados porque alguien nos ha hecho daño, la regresión a vidas pasadas revela a menudo que nosotros les hemos hecho daño a ellos en alguna encarnación previa. Si nuestros familiares hieren a alguien, ¿nosotros también tenemos que pagar por ello?

El confucionismo, el budismo y el taoísmo, junto con las culturas japonesa y vietnamita no establecen que se nos castigue por los pecados de nuestros antepasados. Sin embargo, sí que creen en el concepto de la piedad filial, o devoción a los antepasados, que lleva miles de años formando parte de varias tradiciones. En lugar de que nos castiguen por lo que hicieron otros, deberíamos sentir gratitud hacia nuestros padres, mayores y aquellos que vivieron antes que nosotros, así que básicamente vivimos en un estado perpetuo de agradecimiento.

Durante una meditación budista a la que he asistido hace poco, el profesor enfatizó este concepto. Nunca podremos devolver a nuestros padres todo lo que nos han dado, pero deberemos seguir esforzándonos durante el resto de nuestras vidas con tal de mantener la esperanza de lograr el nirvana. El

pensamiento de que debemos mostrar respeto hacia nuestros padres a través del cuidado y el honor y que nuestras acciones también honran los sacrificios de nuestros antepasados es bastante predominante en Asia. La cultura occidental se podría beneficiar de esta creencia de cuidar a nuestros mayores. Los cuidados espirituales que proveemos al rezar y mandar una luz curativa a los demás a través de diferentes ejercicios de imaginación guiada, como los procesos que podrás poner en práctica en la última sección del libro, son una forma maravillosa de honrar y cuidar a nuestros padres, así como a aquellos que nos han ayudado a lo largo de nuestro camino.

La naturaleza *versus* la educación

En 2019, mientras escribía este libro, acudí a una fiesta sorpresa por el cumpleaños de mi tía. Me lo pasé muy bien reuniéndome con mi familia lejana y me di cuenta de que, desgraciadamente, llevábamos casi una década sin estar todos juntos en un mismo sitio. Me abstraje pensando en esto y observé a mis primos, tías y tíos mezclarse por el restaurante. Cuando se observa a la familia, resulta interesante comprobar quiénes se parecen físicamente y qué otros no se parecen a nadie de su generación. Yo encajo más en esa categoría y me parezco más a mi abuela que a mis padres.

Fui charlando con todos y a la vez me preguntaba a quién se parecían algunos y por qué. Creo que elegimos lo que vivimos antes de que suceda. De ser eso cierto, no solo elegiríamos nuestro camino, sino también a nuestros padres, familiares y antepasados.

Una de las preguntas filosóficas más importantes de la vida gira en torno al debate de la naturaleza *versus* la educación. ¿Estamos sujetos a la predisposición genética que nos legan nuestros padres y antepasados o nos influye más nuestro entorno? Este tema ha sido objeto de debate durante siglos, y los investigadores quieren saber cómo afectan los genes tanto física como intelectualmente. ¿Heredamos la personalidad de nuestros antepasados? Hay investigaciones recientes que sugieren que la genética influye a la mitad de nuestros atributos.[2] ¿Y si esos rasgos extravagantes provienen de un antepasado lejano? Teniendo en cuenta todo lo que nos esforzamos para entendernos mejor a nosotros mismos y sanar tras los acontecimientos de nuestras vidas pasadas, podríamos beneficiarnos al centrar parte de esa atención en dichos antepasados.

Si la idea del comportamiento heredado se sustenta, entonces el alma necesitaría decidir de forma consciente tanto sanar y trabajar con sus vidas pasadas, como su familia o familias —si hablamos del lado materno o paterno —, que son las personas a las que nuestra alma está dispuesta a ayudar con los obstáculos y así influir en que todos sanen en conjunto. ¡Nacer es una responsabilidad más grande de la que imaginábamos!

He visto de primera mano que prestar atención a tu familia lejana mandándoles una luz curativa puede mejorar drásticamente sus vidas. Deberíamos desearle lo mejor a todo el mundo. La sanación en este libro se puede usar no solo con tu familia y antepasados, sino con todos los seres vivos, para que todos mejoren a lo largo del tiempo.

Las emociones nos conectan con el pasado

Aunque puede que hayamos heredado atributos de nuestros antepasados, ¿y si fuese posible sentir sus emociones? Los científicos creen que es posible. Un estudio impresionante demostró que los descendientes de los supervivientes del Holocausto mostraban las hormonas del estrés alteradas y que quizá hasta no se recuperaban del estrés rutinario con tanta rapidez debido a haber heredado el trauma a través del ADN de sus padres.[3] Si lo piensas, tiene sentido. ¿Cómo podría sobrevivir alguien a semejante atrocidad y no verse afectado energéticamente?

Aunque no seamos conscientes de ello, tenemos lazos energéticos con el pasado. Todas y cada una de las almas que nos han precedido y las que seguirán cuando nos vayamos forman parte de nuestras células. Todos respiramos el mismo aire. Compartimos algunos pensamientos y experimentamos las mismas dificultades y logros durante nuestra vida.

Cuando bendecimos el pasado y a todos los que forman parte de él, estamos bendiciéndonos a nosotros mismos. Se dice que lo que Juan dice de Pedro dice más de Juan que de Pedro. Alza el espejo y quiérete a ti mismo; envía luz a todos y tu mundo se iluminará, contribuyendo a que todos sientan más felicidad y paz.

La memoria genética y la consciencia colectiva

El pionero de la consciencia Carl Jung describió la consciencia colectiva que todos compartimos como una especie de experiencia colectiva que tenemos en común y que nos conecta a los demás, ya sea por parentesco o no. Muchos de estos conceptos involucran arquetipos o patrones fáciles de reconocer. Por ejemplo, compartimos una tristeza colectiva al pensar en las atrocidades del Holocausto, pero el estudio de los supervivientes del Holocausto sugiere que las ramificaciones emocionales de esa tragedia se legaron a sus descendientes a través del ADN.

Parece que el comportamiento también se transmite a través de la consciencia colectiva y el ADN. Uno de mis estudios favoritos, el del centésimo mono, demuestra lo conectados que estamos en realidad. Por lo visto, un grupo de monos tuvo un problema en Japón: no se comían las batatas cerca de la playa porque las pieles estaban amargas. Un mono aprendió a lavarlas y, tras un centenar de monos que aprendieron a través de la observación, la siguiente generación empezó a lavarlas y comérselas automáticamente.[4] El estudio sugiere que, cuando un número suficiente de personas pone en práctica una idea o forma de ser, se produce un cambio.

La comunidad metafísica usa este ejemplo como modelo de cómo podemos sanar conscientemente para provocar cambios significativos por el bien común. Aunque los escépticos han desprestigiado la famosa presentación de Ken Keyes sobre el estudio del centésimo mono, a mí me sigue gustando el ejemplo porque me considero una partidaria de la positividad y la esperanza. Si es cierto que estamos conectados a todos los seres en nuestro entorno, lo cual se relaciona con este tema, créeme, como mínimo estaremos doblemente conectados a nuestra familia. Por lo tanto, se merecen nuestra atención e intención de sanar.

En cuanto a la mejora de esa conexión, el relevante estudio de Bruce Lipton en su libro *La biología de la creencia* muestra una aproximación positiva que sugiere que podemos usar nuestra mente para recrear nuestras creencias y anteponernos a los desafíos de la vida, ya sean de salud o de los defectos de nuestra personalidad.[5]

Entonces, ¿en qué quedamos? ¿Sufrimos por las transgresiones del pasado o podemos utilizar la mente para remodelar la historia? Siempre he creído en la idea de que podemos usar el poder de la mente para superar cualquier cosa. Creer en la transformación en el núcleo del trabajo de toda una vida. Sin embargo, en mi consulta he sido testigo de tantas cosas durante mi carrera que estoy totalmente convencida de que nuestro ADN y nuestros antepasados nos

afectan más de lo que queremos admitir. El alcance de cuánto podemos sanar y ayudar a nuestros antepasados es algo que no se ha demostrado científicamente, pero que va a las mil maravillas. Siempre que podamos remodelar nuestra perspectiva del mundo, nos ayudaremos a nosotros mismos y a cualquiera que forme parte de nuestra rutina, ya sea ahora o en el futuro. Mi teoría, que no está demostrada científicamente, es que podemos adentrarnos en nuestra mente y remodelar conscientemente nuestra actitud sobre cualquier cosa, incluyendo nuestras familias y antepasados actuales, y crear una huella energética enorme y positiva que se propagará por el tiempo; pasado, presente y futuro.

La hipnoterapia y la meditación han cambiado mi vida para mejor, y he visto que el simple hecho de adentrarnos en los huecos más profundos de nuestra mente para remodelar nuestro pensamiento sí que afecta positivamente a aquellos que se esfuerzan. Al aferrarnos a nuestro optimismo de siempre y tomar las riendas de nuestra sanación y actitudes personales sobre la gente con quien compartimos nuestra vida, ejercemos control sobre lo que teóricamente es incontrolable. He descubierto que el esfuerzo por realizar viajes interiores es el propósito más valioso de mi vida, porque los procesos me han brindado más felicidad y me han hecho ver el propósito de mi alma. A muchos de mis clientes les ha pasado lo mismo.

He aprendido que la gente tiene memoria genética que afecta a aquellos cuya consciencia está despertando y a menudo les crea dificultades que debilitan y que por norma general se encuentran apartadas de la consciencia de la persona. En cuanto se identifica y se sana el origen de esos problemas, lograremos un cambio duradero. Y ahora echemos un vistazo a algunos casos de personas que han sanado y han encontrado esperanza en los lugares más insospechados, o incluso en los más familiares: en su pasado ancestral.

1. De la *Versión Autorizada del Rey Jacobo*.

2. Anthony, Andrew. (2018, 1 de octubre). *So is it nature not nurture after all?* The Guardian. [https://www.theguardian.com/science/2018/sep/29/so-is-it-nature-not-nurture-after-all-genetics-robert-plomin-polygenic-testing].

3. Rodriguez, T. (2015, 1 de marzo). *Descendants of Holocaust Survivors Have Altered Stress Hormones*. Scientific American. [https://www.scientificamerican.com/article/descendants-of-holocaust-survivors-have-altered-stress-hormones].

4. Keyes, K. (1999). *El Mono número cien*. Luciérnaga.

5. Lipton, Bruce H. (2007). *La biología de la creencia*. Palmyra.

Parte 2
Casos prácticos

A continuación, tendrás la oportunidad de leer algunas de las regresiones transgeneracionales más interesantes que he recopilado de aquellos de mis clientes que han viajado a sucesos pasados relacionados con sus antepasados y han arrojado una luz curativa a todos los implicados.

Cuando los clientes deciden emprender este viaje, como tendrás la oportunidad de hacer tú más adelante en este libro, llegan a un lugar donde se encuentran con la forma superior de sus padres, el cual les facilita la información de qué dinastía ancestral necesita más sanación en el momento de la sesión.

Por favor, ten en cuenta que, como es habitual en mis libros, he alterado todos los casos prácticos que leerás para proteger la privacidad y la identidad de mis clientes. ¡Que los disfrutes!

2

Sanación física Comenzaremos la sección de casos prácticos mostrando algunos ejemplos de clientes que han experimentado la sanación física, ya sea propia o de un antepasado.

El hambre había afectado a la familia de Peter durante generaciones Peter vino a verme porque sufría dolores de estómago crónicos que no desaparecían con la medicina tradicional. Los médicos le hicieron toda clase de pruebas, pero, al final, no hallaron nada. Algunos creían que se inventaba los síntomas; otros, que sufría de un estrés tan severo que le afectaba a la salud.

Me explicó: «Tengo dolores punzantes y agudos en el estómago, y por muchas pruebas que me hagan, no encuentran nada. He intentado controlarme la dieta hasta el punto de anotar todo lo que como. Hasta guardaba un registro para ver a las horas que me daban y siempre parecían ser alrededor de la misma hora: a media tarde. Observo lo que como e intento no salirme de los alimentos saludables ni de comer nada demasiado ácido, pero no me está sirviendo de nada. Ya he probado todo lo que me has sugerido. Estoy empezando a pensar que es algo que va más allá de mí. Estoy harto, y

pretendo llegar al fondo del asunto de una vez por todas para poder seguir con mi vida».

A menudo, la regresión a vidas pasadas ofrece respuestas a enfermedades no diagnosticadas, así que esperaba que la sesión le sirviera de ayuda. Suelo preocuparme mucho por los clientes espirituales que eligen renunciar a la ciencia de la medicina en favor de otros tratamientos alternativos. Siempre he creído que, aunque a todos nos encantaría resolver a veces ciertos problemas médicos con tan solo meditar, no hay nada mejor que lo que te recete un médico. Yo le pregunté a Peter por esto mismo y me di cuenta de que, evidentemente, sí que había consultado su dolencia con profesionales médicos. Ese no era el problema. Me describió otras áreas de su vida y varios factores de estrés que podrían estar causándole los síntomas. Trabajaba demasiado y lo admitía sin reservas, pero, por otro lado, su vida parecía mejor que la de la mayoría. Concluí que sí que había agotado todas las posibilidades, excepto la de las vidas pasadas.

«El trabajo no es el problema», insistió. «La empresa es mía y sé que eso puede llegar a superar a mucha gente, pero a mí me encanta mi trabajo. Mi vida familiar es fabulosa. Se trata de otra cosa. Lo sé».

Peter parecía un tipo que no habría recurrido a la regresión a vidas pasadas de haber hallado otras respuestas plausibles para su dilema. No era tan espiritual como mucha otra gente con la que yo trabajaba y que habían leído libros sobre vidas pasadas. Él no imaginó que eso tendría algo que ver con él hasta que su situación se volvió tan inexplicable que parecía ser la única respuesta que tenía sentido. Para muchas personas la regresión es el último recurso, y él formaba parte de ese grupo cuando nos conocimos.

Peter viajó sin problema a varias de sus vidas pasadas. Su alma había atravesado diversas guerras donde había sufrido heridas muy severas, incluyendo una puñalada en el estómago. No me cabía duda de que esa era la fuente de su problema; sin embargo, su forma superior insistía en que ninguna de esas situaciones tenía nada que ver con su situación actual. Aun así, trabajamos para arrojar una luz sanadora a sus heridas pasadas y a los individuos de aquellas otras vidas. Cuando acabamos, siguió insistiendo en que ninguno de los desafíos a los que se había enfrentado en vidas pasadas tenía nada que ver con su dolor de estómago.

Más adelante en el libro, cuando tengas la oportunidad de experimentar los viajes guiados por ti mismo, conocerás a tu guía espiritual o ángel igual que los clientes sobre los que has leído hasta ahora.

Quería que Peter hablara con un guía para que, con suerte, hallara las respuestas que no podía encontrar por sí solo. A veces es un familiar fallecido el que se aparece en vez de un ángel. En el caso de Peter, para su sorpresa, fue a su difunto padre a quien vio.

Una vez sanamos la aflicción de Peter, él habló con su padre, y así es como terminamos cambiando de tercio y nos centramos en su pasado genealógico. Peter consultó con su padre algo que yo, de manera intuitiva, creía que podría serle de ayuda:

SK: Pregúntale a tu padre si esta dolencia es tuya, o si tiene que ver con algún antepasado tuyo.

Peter: **Con un antepasado.**

SK: Muy bien. Pregúntale a tu padre si la fuente de esta dolencia tiene su origen en su dinastía ancestral. Dime qué te responde, si sí o si no.

Peter: **(sorprendido) ¡Sí! Ahora que lo pienso, mi padre siempre se quejaba del estómago antes de morir. Igual que mi abuelo.**

SK: Muy bien. Vuela con tu padre y dirígete al pasado, al suceso en el que este problema se convierte en un desafío para tus antepasados y familiares. Ve allí, ya. Fíjate en lo que está sucediendo. ¿Qué año es?

Peter: **Alguno a principios del siglo xix o así en Filipinas, de donde proviene mi familia. Veo a mucha gente peleándose por el pescado. El tiempo y las mareas están afectando a la pesca y no hay alimento para todos. Veo a un hombre. Es pobre, está extremadamente delgado y está peleándose por su familia. No tienen nada que comer.**

SK: ¿Cómo se relaciona eso con el problema de estómago de tu familia?

Peter: **No sé. ¿Puede que sea por el hambre?**

SK: ¿Ese es el origen de tus dolores de estómago?

Peter: **Sí, en parte, pero hay más.**

SK: Avanza por esos sucesos hasta el más significativo y con el que más se relacione tu dolor de estómago. Ve allí, ya. Fíjate en lo que está

sucediendo.

Peter: **¡Vaya! ¡La muchedumbre hambrienta está atacándolo! Roba un pescado pequeño y consigue escabullirse.**

SK: ¿Y qué pasa entonces?

Peter: **Se lo lleva a casa y la familia lo comparte, pero no está bueno. Todos enferman. Sus hijos mueren y él cree que ha sido por su culpa, aunque es probable que hubieran muerto de hambre igualmente.**

SK: ¿Qué le ocurre al hombre?

Peter: **Está enfermo y sufre fuertes dolores muy cerca de donde los he estado sufriendo yo. Muere más o menos a la edad que tenía yo cuando me empezaron a dar los dolores.**

SK: ¿A qué hora sucedió eso?

Peter: **A media tarde, a la misma hora a la que a mí me dan los dolores. Y a mi padre también. Es como si sintiéramos su dolor. Ninguno de los dos tuvo el problema hasta que alcanzamos su edad. Lo triste es que él no hizo nada malo. Cualquiera habría intentado alimentar a su familia, pero él ve cómo muere la mayor parte de su familia. Deja este mundo con un dolor terrible y con muchísimo miedo.**

SK: Permite que una luz sanadora baje desde arriba y bañe a este hombre, llevándose con ella su miedo, el pavor y el hambre, su preocupación por su familia, y el dolor de sus heridas. Siente esa luz moviéndose a través de él, neutralizando y curando su problema. Avísame cuando se sienta mejor.

Peter: **(tras un momento) Ya.**

SK: Muy bien. Ahora imagínate que la forma superior de tu abuelo puede flotar hasta ti y que esa luz también puede atravesarlo a él, y luego

dirígela hasta la forma superior de tu padre. Permite que la luz los relaje a ambos, que alivie cualquier dolor o ansiedad, que brinde paz y calma a sus personas. Avísame cuando se sientan mejor.

Peter: **Ya.**

SK: Bien. Ahora, permite que esa misma luz pacífica te atraviesa a ti también. Que caiga justo por encima de tu cabeza, que te atraviese el cuello y los hombros, y luego deja que bañe tus brazos y manos, tu espalda y estómago. Imagínate que esa luz está atravesando cada célula de tu cuerpo, sanándote y relajándote, llenando todas esas células de paz y luz, aliviándote el dolor y eliminando el problema de raíz. Entonces fíjate en el haz de luz que os conecta a tu abuelo, a tu padre y a ti con tu antepasado. Imagínate que cortas ese vínculo y os liberáis de ese dolor al saber que ya no tenéis que vivir el sufrimiento del pasado.

Peter: **Está mejor. Lo hemos solucionado, gracias a Dios.**

SK: Genial. ¿Hay algo más que necesites hablar con tu antepasado? ¿O hay algo que él tenga que te pertenezca?

Peter: **No.**

Peter se hizo cargo de su sanación y sufrió una completa transformación como resultado de la regresión; una vez halló la fuente real de sus problemas, claro. Tuve noticias suyas unos cuantos meses después de su sesión y me contó que ya no volvió a sufrir esos dolores de estómago. También me expresó el enorme alivio que sentía por que su hijo de trece años no tuviera que estar sometido a los mismos problemas una vez llegase a esa edad. Peter demostró lo que puede hacer el verdadero poder de la determinación y del árbol genealógico en términos de sanación; no solo para sus antepasados, sino que para las futuras generaciones también.

La obsesión de Armand lo ligaba a un antepasado asiático La familia de Armand era natural de España, pero desde pequeño él había sentido una obsesión inexplicable hacia todo lo asiático: la comida, los programas, la ropa y hasta la música. Al cumplir los treinta y tantos, Armand por fin tuvo

la oportunidad de viajar a China y esperaba sacar de allí una experiencia positiva. Por desgracia, las cosas no fueron como planeaba. Regresó a casa más confuso que nunca y vino a verme para una regresión.

Me dijo: «Nadie de mi familia entiende lo que le veo a China. Siempre me ha encantado, pero ahora que he vuelto a casa, ya no sé qué pensar. Lo pasé fatal allí. Me dolió el estómago todo el tiempo que pasé allí. El dolor era tan fuerte que casi vomité. Cuando el grupo con el que iba y yo llegamos a la plaza de Tiananmén, empecé a sentir mareos. Tuve que esperarlos en el autobús hasta que me sintiera mejor. Al final, salí y entré en la plaza, pero me paso una cosa extrañísima. Todos los edificios modernos se desvanecieron y ya no pude verlos. Fue muy raro, como si estuviese allí en medio de alguna guerra. Oía fuertes explosiones y a gente llorar. ¿Me estoy volviendo loco?».

Armand no se estaba volviendo loco, ni mucho menos. De hecho, lo que vivió me sonaba bastante a otras historias que había oído de otras tantas personas. Armand experimentó algo a lo que yo llamo *supretrovie*, un recuerdo pasado desencadenado al viajar. En realidad el fenómeno es bastante común. Mucha gente recuerda detalles vívidos de vidas pasadas al viajar. Yo le expliqué todo esto y le dije que podríamos viajar a esa experiencia pasada que tuvo en China y arrojar luz curativa a todos los involucrados.

La solución sonaba francamente sencilla y, aun así, como en todos los casos que aparecen en este libro, las cosas no fueron comunes y corrientes en absoluto. Armand intentó hallar una vida pasada en China, pero no existía. Le pregunté por Asia en general y, de nuevo, no salió nada. Estaba perpleja. Al principio, concluí que Armand era muy sensible al sufrimiento de otros que, en el pasado, vivieron guerras horrorosas en esa zona. Hay ciertos lugares en el mundo donde los fenómenos paranormales son más habituales y que para ciertas personas son más complicados de visitar porque a veces sí que pueden sentir las vibraciones y las energías que dejaron allí los sucesos atroces que acontecieron hace cientos o, tal vez, miles de años. Es como si una influencia residual flotara sobre ciertos lugares como una nube. Presupuse que eso fue lo que sucedió cuando Armand fue a China.

Antes de terminar la sesión, decidí preguntarle una vez más para ver si podía descubrir alguna conexión con Asia. «¿Alguna vez algún familiar, por lejano que fuera, te había mencionado China?».

«Hay una historia que no sabemos realmente si es verdad», respondió Armand. «Una tía nuestra de hace varias generaciones *podría haber sido parte china.* Aunque nunca lo he investigado».

Decidí que merecía la pena tirar de ese hilo, y esto fue lo que pasó:

SK: ¿De qué parte de tu familia era supuestamente esa tía?

Armand: **De la de mi madre.**

SK: Muy bien. Vamos a encontrarnos ahora con tu madre y con tu abuela. Imagina que hablas con sus formas superiores para ver si ellas tienen más información sobre esta tía que mencionas.

Armand: **Eso les dijeron, pero reiteran que no saben nada a ciencia cierta.**

SK: Imagina que tu ángel, tu madre, tu abuela y tú podéis volar e ir al pasado a conocer a esa tía. Ve allí, ya. Fíjate en lo que está sucediendo.

Armand: **Sí, la veo.**

SK: Muy bien. Pregúntale si tiene un antepasado asiático, ¿sí o no? Dime cuál es la primera respuesta que se te viene a la mente.

Armand: **Sí.**

SK: ¿Era de China?

Armand: **(vacilante) Quiero decir que sí, pero tengo la sensación de que me lo estoy inventando.**

SK: Pregúntale a tu ángel: ¿era de China? ¿Sí o no? Céntrate en qué es lo primero que se te viene a la cabeza y dímelo.

Armand: **Sí.**

SK: ¡Genial! ¿Este antepasado es el causante de la experiencia que tuviste en Pekín?

Armand: **Sí.**

SK: Muy bien. ¿Qué lado de la familia de tu tía era china?

Armand: **La materna.**

SK: Fantástico. Imagina que tu ángel, tu tía y tú podéis viajar en el tiempo hasta el origen de este asunto. Ve allí, ya. Flota sobre los sucesos que acontecieron y fíjate en lo que está pasando. ¿Dónde estás?

Armand: **(jadeando) En el mismo sitio.**

SK: Bien. ¿Qué año es?

Armand: **Alrededor de 1600. La palabra *Ming* se me viene a la cabeza.**

SK: ¿Qué está pasando?

Armand: **La gente está enfadada con el gobierno y hay una revuelta. La gente está muriendo.**

SK: Mira en derredor y busca a tu antepasado. ¿Qué papel desempeña en la situación?

Armand: **Veo a un chico, un adolescente. Quiere unirse a la revuelta. Sus padres están furiosos con él porque va en contra de sus creencias. Están muy ofendidos y lo acusan de ser una desgracia para la familia porque va en contra de sus deseos y de sus ancestros.**

SK: Imagina que, a un nivel espiritual, el chico puede hablar con las formas superiores de sus padres y disculparse con ellos por lo que ha hecho y ver si pueden perdonarlo. Avísame cuando se sienta mejor.

Armand: **(después de un momento) Sí, ya está mejor.**

SK: Muy bien. Ahora regresa a la revuelta y permite a tu ángel arrojar una luz curativa a todos los involucrados para sanar, transformar y neutralizar los sucesos. Avísame cuando te sientas mejor.

Armand: **Ya.**

SK: Muy bien. Ahora imagina que tu tía, tu madre y tú podéis avanzar en el tiempo y permite que esa luz curativa ilumine todos los acontecimientos entre aquel conflicto y los tiempos modernos para sanar, cambiar y transformar a todos los involucrados. Llega hasta el día de hoy y fíjate en lo mucho más ligera y radiante que está tu madre y luego extiende esa energía hacia ti mismo y siéntete igual de ligero.

Antes he mencionado muy por encima lo muy arraigada que está la creencia china de venerar a sus ancestros. En la sanación de Armand, el

antepasado necesitaba recibir el perdón por ofender a sus ancestros. Y, al final, Armand dijo que se sentía muchísimo mejor que antes de la sesión. Lo que sucede es que las personas tienen contraída una enorme deuda de gratitud con sus ancestros por todo lo que han hecho, así que la sanación debía incluir parte de ese reconocimiento además de la obtención del perdón.

Por muy atónito que estuviera él ante la idea de que una persona pudiera experimentar una forma ancestral de *supretrovie*, yo lo estuve mucho más cuando Armand me contactó después de la sesión. Había decidido acudir a una página web sobre genealogía para investigar su árbol genealógico y descubrió una pequeña rama familiar china por parte de madre. Aparte, yo investigué las fechas que Armand me había dado y, sin duda ninguna, alrededor de 1650 una revuelta de campesinos terminó con la caída de la dinastía Ming. Armand me comentó que seguía gustándole la cultura china, solo que ahora conocía el porqué.

Brooke temía la enfermedad hereditaria de su familia Una razón muy común por la que decidir someterse a una regresión es para llegar al origen de una enfermedad actual. A menudo existen vínculos de energía con vidas pasadas que perduran hasta la vida actual, y al sanar esa energía y esos remanentes de vidas pasadas, hasta personas con diagnósticos graves pueden hallar la paz después de hablar las cosas.

No obstante, las regresiones a vidas pasadas no pueden aliviar enfermedades. Hay terapias alternativas que podrían ayudarte a evitar ir al médico, pero cuando se diagnostica una enfermedad como el cáncer, la medicina moderna es esencial para sanar, y la regresión se vuelve una mera herramienta para ayudar a que el aspecto cognitivo del cliente asimile lo que está sucediendo y se fortalezca para aceptar lo que es y para seguir adelante con su intención de sanar.

Por desgracia, existe la prevalencia entre mis muchos clientes espirituales de querer abstenerse de acudir al médico. Yo he entendido que la medicina a veces es necesaria, y es importante que la gente también lo acepte. Una vez la

situación se haya estabilizado, los tratamientos alternativos incluida la hipnoterapia pueden resultar enormemente transformacionales.

Otra razón de trabajar con mis clientes usando la regresión transgeneracional es para ayudarlos a hallar respuestas sobre cómo evitar contraer una enfermedad hereditaria. Mi clienta Brooke vino a verme por esta razón. Ella conocía el historial de su familia y le preocupaba terminar contrayendo la misma enfermedad que se cobró la vida de su madre y de su abuela.

«Me preocupa porque el año que viene cumplo cuarenta. La misma edad que tenían mi madre y mi abuela cuando murieron de cáncer», dijo Brooke.

«¿Tienes cáncer?», le pregunté.

«No, pero estoy preocupada. Mi madre y mi abuela no tenían síntomas, y luego, de la noche a la mañana, [el cáncer] apareció y antes de darnos cuenta siquiera, ya se habían ido».

Le pedí a Brooke que se encontrara con la forma superior de su madre. Juntas viajaron atrás en el tiempo hasta el momento origen en el que la enfermedad comenzó a afectar a su familia:

SK: ¿Dónde estás y qué año es? Lo primero que se te venga a la mente.

Brooke: **Alrededor de 1850.**

SK: Muy bien. ¿Dónde estás?

Brooke: **En el norte, cerca del mar Negro, de donde eran nuestros antepasados.**

SK: ¿Qué está sucediendo?

Brooke: **Hay una guerra. Debe de ser la guerra de Crimea. Lo sé porque nuestra familia lo investigó por internet. Es horrible. Estoy sobrevolando una batalla en un campo. Hay mucha sangre. Hay un hombre tendido sobre una montañita. Está muriéndose de una forma espantosa. (Llora) No entiendo cómo alguien puede estar pasando por algo tan terrible.**

SK: ¿Quién es el hombre que estás viendo?

Brooke: **Un antepasado. No sé cómo, pero es como**

un abuelo de hace varias generaciones. Soy capaz de percibir sus pensamientos, y siente muchísima tristeza. No quiere morir y abandonar a su familia. Sus últimos pensamientos son para su mujer y sus hijos.

Durante las sesiones, un ángel sanador y alentador guía normalmente al cliente en su viaje. El ángel lo ayuda a sanar y, en el caso de Brooke, era evidente que su antepasado necesitaba ayuda.

SK: Imagina que tu ángel y tú podéis arrojar una luz curativa sobre tu antepasado. Visualiza la luz mientras poco a poco alivia su dolor físico y su sufrimiento. Permite que esa luz calme su miedo y preocupación por su familia, y permite que tu ángel le envíe un profundo sentimiento de paz. Avísame cuando se sienta mejor.

Brooke: **Ya. Ahora está falleciendo y la luz lo está bañando mientras deja este mundo.**

SK: Muy bien. Ahora dime, ¿es este incidente en la guerra de Crimea el origen de la enfermedad que tu familia lleva generaciones sufriendo?

Brooke: **Sí y no.**

SK: Imagina que tu ángel puede llevarte a ese suceso que te ayudará a hallar las respuestas.

Brooke: **Veo a la mujer de este antepasado. Supongo que la podría llamar abuela. Acaba de enterarse de que su marido ha fallecido. Vive en condiciones muy duras: tiene muchos hijos y no abunda la comida, pero sí el amor. Amaba muchísimo a su marido y, ahora que se ha ido, se ha visto muy afectada. Está desconsolada. La pena la ha vencido y está cabreada con el gobierno por haberles destrozado la vida. De alguna manera, traspasó esa energía a todos sus hijos, que la sienten y se ven afectados por ella. Muchos de ellos no llegan a vivir mucho. Es triste. Es como si esa energía se hubiese heredado durante generaciones.**

SK: Permite que esa luz curativa la alumbre a ella y a todos los familiares entre esa década de 1850 y ahora, sanándolos y aliviándoles para que todos los miembros de tu familia se tranquilicen y se llenen de paz. Avísame cuando se sientan un poquito mejor.

Brooke: **(después de un rato) Ya.**

SK: Muy bien. Y dime, ¿por qué son solo las mujeres de tu familia las que enferman ahora y no los hombres?

Brooke: **Nuestra familia es pequeña. En cada generación alguien ha sufrido cáncer. El hermano de mi madre lo tuvo, y su hijo. No discrimina entre hombres y mujeres.**

SK: Permite que esa luz curativa continúe moviéndose sobre las personas afectadas durante la guerra de Crimea y luego permite que viaje hacia adelante, sanando así todos los acontecimientos entre ese momento y el presente.

Llevamos a cabo una recuperación del alma, algo similar a lo que podrás intentar más adelante en este libro, en la que Brooke devolvió esa energía de la batalla a su antepasado y ahora es libre de cualquier influencia indeseada.

SK: Flota en esa luz cariñosa, imagina que puedes hablar con tu antepasado y, desde ese momento, sabes que puedes pedirle que se lleve la energía de esa batalla. Permite que se lleve todo el dolor y la pena de su mujer, de sus hijos y de todos los familiares involucrados. Sé consciente de cómo sucede mientras todos le tienden esa energía e imagina que está dispuesto a aceptarla. Ve a tu madre y a tu abuela allí también, a sus formas superiores, y fíjate en cómo le devuelven esa energía a tu antepasado. Fíjate también cómo se vuelven más ligeras y radiantes. Entonces mira en tu interior a ver si puedes sacar cualquier energía ligada a esos sucesos pasados. Sostenla en las manos. Avísame cuándo o si notas que sucede algo.

Brooke: **Sí, ahí está. La estoy sosteniendo.**

SK: Bien. Imagina que tu antepasado se la lleva con mucho gusto. ¿Preparada? Ya se la está llevando. Avísame cuando se la haya llevado toda.

Brooke: **Ya. Tienes razón. Está encantado de llevársela. En realidad, quiere ayudar, y saber que ya no estamos sufriendo por él lo hace sentir mejor.**

SK: Muy bien. Fíjate que hay un vínculo de energía entre vosotros dos. A continuación, imagina que tu abuela y tu madre están flotando de nuevo delante de ti. Mira a ver si hay algún remanente de energía que sigas cargando y que puedas devolverles. ¿Sí o no?

Brooke: **Sí, sí que lo hay.**

SK: Ahora permite que ellas se lleven esa energía de enfermedad. Dime si te sientes mejor.

Brooke: **Sí. Mucho mejor.**

SK: Imagina que hay un vínculo de luz que te conecta con tu madre, tu abuela y con todos tus antepasados, todos tus familiares, tanto sanos como aquellos que hayan fallecido a causa del cáncer. Tu ángel tiene unas tijeras doradas y en un momento, cuando cuente hasta tres, tu ángel cortará ese vínculo y te liberará de esa energía. ¿Preparada? Uno, dos y tres, corta ya el vínculo. Permite que una luz curativa te bañe y penetre en cada célula de tu cuerpo, sanando y realineando cada átomo. La luz curativa está viajando al pasado, sanando a todos a través del tiempo, y se mueve hacia adelante a futuras generaciones de tu familia, transformando y sanando esos acontecimientos.

En general, Brooke ayudó a sanar esa energía negativa que había en su familia de manera excepcional, y como así fue, me encantaría compartir con vosotros el genial desenlace de su caso. Al final, a Brooke le diagnosticaron un caso leve de cáncer. La buena noticia es que sobrevivió. Después de pasar por quimio y radioterapia, el cáncer remitió. Por lo que sé, sigue viva y feliz.

¿La ayudó la sesión a cambiar lo suficiente como para evitar la muerte? No sabría decirlo con seguridad. La sanación tiene muchas facetas y no hay manera de saber con seguridad cuál de los muchos pasos que damos es el que lleva a la solución. El alma es tan compleja que yo sí que creo que, en estos casos, la combinación de varias cosas distintas marca la diferencia. Aunque, eso sí, es crucial mantener una actitud positiva en todo momento. Cómo abordes las cosas y seguir teniendo fe y esperanza pueden marcar bastante la diferencia. Brooke me pareció una mujer muy positiva cuando nos conocimos,

y gracias a su optimismo, a los tratamientos médicos y a seguir teniendo fe en su propia supervivencia, siguió adelante. La vida nos pone trabas a todos, y el ejemplo de Brooke demostró que podemos superar casi cualquier cosa y seguir adelante.

Las migrañas de Tracy la ayudaron a confirmar el propósito de su alma Tracy vino a verme durante una crisis filosófica en su vida. Se había pasado más de veinte años siendo enfermera en Urgencias y, aunque adoraba su trabajo y sabía que tenía talento para ello, se sentía constantemente desilusionada con toda la violencia que veía, y en ocasiones sufría migrañas que sus médicos achacaron al estrés extremo al que se veía sometida. Su equipo médico le aconsejó que practicara yoga o meditación para ver si así superaba esa dolencia física antes de enfermar demasiado o de quemarse del todo de su profesión. Así pues, empezó a tomar clases de sanación reiki y también a meditar. Como parte de su búsqueda interior, Tracy quería someterse a una regresión a vidas pasadas con la esperanza de que eso pudiera ayudarla a tomar una decisión sobre si debía o no dejar su trabajo y decantarse por otro un tanto más pacífico y tranquilo.

«No me gusta ver a la gente hacerse daño los unos a los otros», me dijo. «Hoy día, con todas las modernidades que tenemos, no hay excusa para tanta violencia. Se me da muy bien lo que hago, pero a veces, después de haber pasado años trabajando de ello, me pregunto si no habrá otra cosa a lo que debería dedicarme».

Tracy procedía de una familia de enfermeras por la rama materna de su familia. Llevaba la profesión en la sangre, por decirlo así. Tras explorar sus vidas pasadas, guie a Tracy a un espacio donde hablamos con su madre, que la

llevó de regreso a un campo de batalla sangriento durante la Guerra Civil estadounidense:

SK: Ahora, viaja con tu madre a ese momento pasado, en los anales de tu historia familiar, que te haga el mayor bien. ¿Dónde estás y qué es lo que está sucediendo? ¿A quién ves?

Tracy: **Veo a una mujer con un vestido largo. Está arrodillada atendiendo a gente herida. Trata de mantener la compostura, pero es una situación horrible. Va de persona en persona desesperada, tratando de evitar que se desangren. Intenta centrarse y no entrar en pánico aunque esté allí en mitad de todo el caos. Ahora está llorando, porque no está teniendo mucha suerte a la hora de salvarlos. Le martillea la cabeza. Se siente desesperada.**

SK: ¿Quién es?

Tracy: **Una abuela, unas cuantas generaciones atrás.**

SK: ¿Es enfermera?

Tracy: **No por estudios, sino por necesidad.**

SK: ¿Qué guerra es?

Tracy: **La Guerra Civil. En realidad, tiene sentido. Siempre me han fascinado los programas que echan en Discovery Channel sobre la Guerra Civil.**

SK: Continúa moviéndote a través de esos sucesos y fíjate en qué ocurre a continuación.

Tracy: **Está asustada y abrumada. Todo está oscuro. Hay muchísimo humo procedente de los cañones. El cielo está muy encapotado. Aunque ella sigue en sus trece. Tiene que ayudarlos y no se detiene. Va a seguir, aunque le cueste la vida, y no tiene tiempo para preocuparse por nada más que lo que**

está haciendo en ese momento.

SK: Adelántate al siguiente suceso más significativo. Ve allí, ya, y fíjate en lo que está sucediendo.

Tracy: **Al día siguiente la batalla toca a su fin. La luz del día aparece. Hay cadáveres por todas partes. Es horrendo. Ella está llorando. Ha perdido a diversas personas en la guerra, al igual que todos. Se lleva una mano al vientre. Está embarazada. Ahora que la guerra ha terminado, vuelve a pensar en su futuro. Quiere vivir por su bebé, pero de no ser por ello, desearía estar muerta.**

SK: Imagina que tu ángel puede arrojar una luz curativa y cariñosa sobre ella y permite que esa luz se extienda hacia todas las personas de la batalla, aquellas que sobrevivieron y las que fallecieron. Dime si ahora te sientes un poco más en paz, o al menos neutral.

Tracy: **Sí, me siento un poco mejor.**

SK: Muy bien. ¿Cómo ha influido la experiencia de tu antepasada en los miembros de tu familia desde entonces?

Tracy: **Todas hemos sido enfermeras o trabajamos en atención sanitaria. Mi madre, mi abuela. No sabría decirte antes de ellas, pero al ver esto, ahora tengo curiosidad. Tendré que investigarlo más. En nuestra familia tenemos un lema: ayudar a otros es la acción más noble que podemos hacer en la vida.**

SK: ¿Qué relación tienen esos acontecimientos con tus migrañas y estrés actuales?

Tracy: **A veces me siento desmotivada, sobre todo cuando trabajo en fiestas señaladas. Hay muchos heridos de bala, apuñalamientos y actos de violencia innecesarios para la sociedad moderna que tenemos. Ojalá no fuera así. Ahora veo que mi**

tátara-tátara-tatarabuela tuvo que enfrentarse a lo mismo, solo que peor. Queremos que las cosas cambien y deberíamos seguir esforzándonos por conseguirlo y rezar por la paz, pero mientras tanto, sin importar lo difíciles que se pongan las cosas, seguimos teniendo que ayudarnos los unos a los otros.

SK: ¿Cómo afecta este conocimiento a tu decisión sobre qué hacer con respecto a tu trabajo?

Tracy: **Estoy hecha para este trabajo. Siempre puedo hacer uso del reiki en Urgencias como complemento. Mis migrañas no han vuelto desde que he empezado a meditar, así que sé que puedo controlarlas si elijo hacerlo, pero cuando veo… (llora) lo mucho que trabajó mi antepasada y cómo salió adelante en condiciones muchísimo peores de las que yo he visto nunca, me da fuerzas, y sé que ella nunca habría abandonado a las personas. Tengo un don y seré más feliz si sigo usándolo y si añado esa terapia de energía para ayudar a la gente a un nivel más profundo de lo que la medicina por sí sola es capaz de llegar.**

SK: Permite que una luz curativa bañe todos los acontecimientos entre la Guerra Civil y ahora, sanando y transformando a todos los miembros de tu familia y a todos los presentes en el campo de batalla. Deja que la luz continúe sanando todos los sucesos comprendidos entre ese momento en el pasado y hoy. Avísame cuando se sientan mejor.

Tracy: **Cuando la luz empezó a iluminarnos a todos, estaban más felices. La energía ha mejorado.**

Hasta el día de hoy, Tracy continúa ejerciendo la profesión de enfermera, y sé que todos salimos beneficiados con esa decisión. A veces una sesión de regresión sirve para aclarar nuestras ideas y recordarnos que, al fin y al cabo, sí que vamos por la senda adecuada.

Un susto médico ayudó a Cliff a acercarse a su abuelo Cliff era banquero y un hombre de negocios de éxito cuando vino a mí para aclararse las ideas con respecto a su vida después de pasar por un susto médico que lo tenía preocupado. Estaba planteándose la prejubilación y quería saber qué podría hacer una vez se despidiera de la lucrativa carrera profesional a la que se había dedicado durante más de treinta años.

Cliff me explicó: «Hace poco tuve un incidente en el trabajo. Todo salió bien, pero me hicieron varias pruebas del corazón. En mi familia hay un largo historial de enfermedades del corazón y, aunque el médico me dijo que todo parecía estar bien, me hizo preguntarme si no debería empezar a tomarme las cosas con más calma. El problema es que no tengo ni idea de cómo hacer eso. Puedo conseguir más metas en mi carrera si sigo y espero unos años para jubilarme. Hasta ahora no me ha ido mal, pero tengo esa espinita de que siempre podría ir mejor, o de que yo podría hacer más. Es como si nunca fuera suficiente. Pero no quiero cavar mi propia tumba. No me hace falta el dinero. Ya me va bien, aunque parte de la razón por la que no soy capaz de alejarme es mi niñez. El dinero escaseaba cuando era pequeño. Crecimos en una familia pobre, pero mis padres nos inculcaron una muy buena ética de trabajo, y por eso he llegado hasta donde estoy.

»Antiguamente, cuando ellos eran pequeños, no se quedaban sentados en casa, sin más, como hacemos ahora. Antes se trabajaba durante toda la vida, hasta que morías. Pero mi mujer quiere viajar, y si no empezamos a hacerlo ya, seremos muy viejos como para disfrutarlo, o peor, quizás la salud no nos lo permita. No se puede contar con lo que pueda o no pasar en el futuro, pero, sea como sea, si dejo la empresa, necesito hacerlo con la conciencia tranquila».

Durante la sesión, Cliff viajó hasta una vida pasada suya en los tiempos más remotos:

SK: ¿Qué está sucediendo?

Cliff: **Estoy en la India. Soy un oficial de un rango bastante alto durante el reinado de Alejandro Magno. Como el equivalente a lo que hoy en día**

sería un general. Todos me respetan y tengo bajo mi mando a cientos de hombres en una fiera batalla.

SK: ¿En qué se parece tu vida durante el periodo de Alejandro Magno a la actual?

Cliff: **Los negocios son una batalla constante. He hecho lo que necesario para alcanzar el éxito, solo que en mi vida actual eso no incluye matar a nadie. A veces hay que ponerles la zancadilla a otros para poder avanzar.**

SK: Rebobina un poco en la vida de este general hasta algún suceso relevante que te dé más información sobre el propósito de tu alma. Ve allí, ya. ¿Dónde estás?

Cliff: **Veo una casita muy pequeña llena de niños. No abundan la comida ni el dinero. Se parece a como he crecido en mi vida actual. Como si lo importante no fuera dónde empiezas. Con determinación se pueden lograr grandes cosas.**

SK: Avanza en el tiempo hasta el último día de vida del oficial. Fíjate en cómo se transforma en espíritu y hazlo. Vuela hasta el espacio pacífico entre una vida y otra. ¿De qué te has enterado allí?

Cliff: **Poco tiempo después morí en una batalla, ¿y para qué? Conquistábamos todo lugar que pilláramos y teníamos que ir hasta la India por órdenes de arriba.**

Cliff hizo un símil con una práctica actual en el ejército, cuando se destina al personal militar a puestos de extrema dificultad y riesgo con el consiguiente beneficio de percibir un mayor salario por prestación de ese servicio en concreto.

Cliff: Los hombres estaban furiosos, y yo quise cambiar el rumbo, pero no podía desobedecer órdenes y marcharme sin más. Abandonar el servicio militar era sinónimo de firmar tu sentencia de muerte.

SK: **¿Qué lecciones has aprendido y cómo se**

aplican a tu vida de ahora?

Cliff: En aquella vida no podía abandonar. Ahora sí puedo elegir. Debería hacer algo antes de que el estrés termine matándome en una batalla que soy incapaz de ganar. Quiero algo más en la vida aparte de trabajar. El amor y la familia son lo único que importa. No existe ninguna razón de peso para no dejarlo ahora mientras estoy bien y tengo el mundo al alcance de la mano.

El alma de Cliff se había pasado toda la vida trabajando y cargando con las consecuencias de sus actos. Pese a hallar las respuestas que anhelaba con respecto al hecho de necesitar jubilarse pronto, yo aún sentía que tenía más cosas por descubrir, pero ¿cuáles?

Antes de empezar la sesión, Cliff mencionó por encima que su madre había fallecido un año antes. Una vez terminamos con el viaje a su vida pasada, lo guie a un sitio donde podría encontrarse con su forma superior para cerrar cualquier asunto que se hubiera quedado pendiente entre ellos. Tú también tendrás la oportunidad de experimentar un proceso similar más adelante en el libro. El alma de su madre tenía mucho que decir, incluyendo algo que quería mostrarle. Cliff retrocedió a lo largo del árbol genealógico de su madre y descubrió algo inesperado:

SK: ¿Dónde estás y qué año es?

Cliff: **En Irlanda, de donde procedía nuestra familia hace unas cuantas generaciones. No estoy seguro de la fecha.**

SK: ¿Qué está sucediendo?

Cliff: **Mi tátara-tátara-tatarabuelo está allí. Es más joven y ha dejado a alguien embarazada. Ha deshonrado a su familia y a la de ella. Han apartado a la chica de la sociedad y no puede volver a verla. Ya de por sí la situación es mala, pero para más inri la chica es de un rango social inferior al de él. Como de clase baja. Su familia defiende que ella no es lo bastante buena para él. Mi antepasado acarrea esa culpa dentro de él a lo**

largo de toda su vida, y también la idea de no ser lo suficientemente bueno. Ese hecho lo marcó de por vida pese a que su familia se refería a ella, y no a él. La hicieron desaparecer. No obstante, él la quería y, aunque siguió adelante, nunca terminó de pasar página.

SK: ¿Y qué relación tiene esto con tu vida actual?

Cliff: **(dudando y carraspeando) Bueno, eh… nunca le he contado esto a nadie aparte de mi mujer. Dejé a mi novia del instituto embarazada y a ella su padre también la mandó a un internado. Me prohibió volver a tener cualquier tipo de contacto con ella. Tampoco vi nunca al bebé, ni supe lo que les pasó, pero siempre he tenido la duda. Es extraño pensar que uno de mis antepasados también pasó por la misma situación que yo.**

SK: Arroja una luz curativa sobre tu antepasado y permite que esa luz bañe a toda tu familia hasta que te llene de paz y amor. Avísame cuando te sientas mejor.

Cliff: **(tras un momento) Ya.**

SK: ¿Saber esto de tu antepasado te sirve de algo ahora?

Cliff: **Lo cierto es que sí. Creo que mi indecisión proviene de ahí. En cuanto he visto cómo se sentía con respecto a lo sucedido, me di cuenta de que yo me sentí de la misma manera, pero nunca se lo había confesado a nadie. Es como si yo mismo no quisiera admitir esos pensamientos en voz alta.**

Aunque no supe nada de él durante varios años, me topé con Cliff en un evento y me relató una historia fascinante y extraordinaria. Cliff se prejubiló y disfrutó de la vida con su mujer. Me contó que su mujer y él nunca tuvieron hijos, aunque ella sí conocía la existencia del bebé que él había tenido durante la adolescencia. A veces le tomaba el pelo diciendo que su hijo algún día lo buscaría, y para su grata sorpresa, eso fue exactamente lo que ocurrió. Al parecer Cliff tenía un hijo con cincuenta y pocos años que decidió usar una de

las webs de genealogía para intentar buscar a su familia biológica.

Aunque aquello los descolocó, Cliff me dijo que todos estaban encantados, y que ahora su mujer y él tenían nietos y toda una nueva familia de la que preocuparse. La decisión de prejubilarse implicó tener más tiempo que dedicar a su recién descubierta familia, y saber que su hijo había cambiado sus vidas para mejor. Un final feliz que terminó cambiando la tendencia del karma. El abuelo de Cliff habría estado satisfecho.

La baja autoestima de Kay le provocó úlceras Por fuera, Kay parecía tenerlo todo: un buen trabajo, confianza en sí misma y una familia genial. Pero por dentro las cosas eran bien distintas.

«Tengo problemas de autoestima», admitió. «Me preocupa demasiado lo que la gente piense de mí y eso me hace infeliz. Llevo años tomando antidepresivos y a menudo me veo atrapada en un bucle de tristeza que solo empeora cuanto más feliz finjo ser. Estoy tan mal que hasta me han salido úlceras. Sé que el cuerpo se cura, pero en mi caso no lo hará hasta que no cambie de mentalidad y lo que me pasa por dentro. No me malinterpretes, doy gracias por todo lo que tengo y sé que tengo suerte, lo cual no hace más que empeorarlo todo. Sé que no debería sentirme así, pero es como si tuviera un gran peso que me oprime constantemente; algo que va más allá de mi propia vida. Debería ser feliz, pero no sé cómo salir de este bucle en el que siempre me veo anclada, así que pensé en intentar la regresión para ver si hay algo en el pasado que pueda ayudarme».

El amor es lo único real en esta vida, pero como humanos que somos, a menudo demostramos justo lo contrario, bien en forma de tristeza o rabia. Kay era una mujer muy dulce, para nada irritable, pero sí que poseía un aire de tristeza que probablemente no fuera evidente de primeras, pero que sí pude percibir durante nuestra conversación. La regresión es el método perfecto para llegar hasta la raíz del problema y crear una senda más liviana. Bajo el influjo de la hipnosis, Kay intentó acceder a sus vidas pasadas para hallar el origen de su malestar, pero se topó con otra situación bien distinta:

SK: ¿Dónde estás y qué año es?

Kay: **Estados Unidos, 1835.**

SK: ¿Eres un hombre o una mujer?

Kay: **(haciendo una breve pausa) No soy yo. Veo a otra persona.**

SK: ¿A quién?

Kay: **A una mujer. De unos veintitantos.**

SK: ¿Y qué relación tiene ella contigo?

Kay: **No sabría decirte.**

A veces, cuando la gente se topa con recuerdos distintos a los que intento ayudarlos a acceder, los exploramos igualmente porque todo lo que sale en una sesión lo hace por una razón.

SK: Vale. ¿Qué es lo que le pasa a esa mujer de veintitantos años?

Kay: **Está sufriendo y pasándolo muy mal en un vagón de tren. Sus padres han muerto, y la han obligado a casarse con un hombre mucho mayor. Ese matrimonio le trajo riqueza y cuatro hijos, pero se sentía avergonzada. Violada. Obligada a casarse para sobrevivir. No le habría ido tan bien de no haberse casado, así que debería dar gracias, pero no es el caso. Su vergüenza pasó en herencia a sus hijos.**

SK: ¿Y esta mujer no eres tú?

Kay: **No. No soy yo. Tengo la sensación de que es familiar mía.**

SK: ¿De qué lado de la familia?

Kay: **Del de mi madre. Sí, de mi madre.**

SK: ¿Y por qué aparece ahora?

Kay: **Mi sensación de infelicidad parece estar ligado a ella de alguna manera, como si lo hubiese heredado de ella. A ella le preocupaba lo que la gente pensara y eso la carcomía por dentro, y**

ahora a mí me pasa lo mismo.

SK: Imagina que puedes ver un hilo de energía que sale de tu vientre, o de tu plexo solar, y os conecta a las dos. Permite que tu ángel corte ese hilo, ya. Tu ángel está bañándoos a ti, a ella y a todos los miembros de tu familia con una luz curativa. Esa luz penetra en tu vientre, aliviando cualquier tensión, y también está sanando a tu madre. Siente la luz curando y disolviendo esos sentimientos de vergüenza y dime si te sientes mejor.

Kay: **Sí, mejor.**

SK: ¿Sería buena idea soltar toda esa energía ahora?

Kay: **Sí.**

En cuanto Kay cortó todo vínculo con aquella situación y la luz curativa la alivió, tuve que hacerle la pregunta más importante:

SK: ¿Este suceso de 1835 es el origen de todos los problemas que estás experimentando en tu vida actual?

Kay: **No.**

SK: Imagina que tu ángel y tú ahora podéis viajar todavía más al pasado, hasta el verdadero origen de esos problemas. Ve allí, ya. Fíjate en lo que está sucediendo. ¿Dónde estás?

Kay: **En Escocia.**

SK: Muy bien. ¿Qué año es?

Kay: **Alguno en el siglo xiv.**

SK: Muy bien. ¿Y qué está pasando en Escocia en el siglo XIV?

Kay: **Puede que me lo esté inventando, pero veo a un hombre joven luchar en un ejército bastante fiero.**

SK: ¿Y qué relación tiene esta situación contigo?

Kay: **Siento que es un antepasado. Puede que me lo esté inventando. Sé que mi madre investigó sobre nuestra familia y todos son de Escocia.**

Los clientes a menudo expresan la idea de que el viaje les parece obra de su imaginación. Yo intento guiar a la gente a través de esos pensamientos porque

las imágenes aparecen por una razón y pueden ser la clave para llegar a sanar. Si pensamos en la procedencia de los sueños, a menudo nos parecen demasiado surrealistas; aun así, todos los conceptos que aparecen en nuestra mente tienen validez y deberían respetarse.

SK: Entiendo que parezca que te lo estás inventando, no pasa nada. De todas formas, imagina que puedes acceder a esa escena. ¿Qué está sucediendo?

Kay: **Había mucha devastación y muerte. Él luchó con valentía, pero no pudo salvar a su familia.**

SK: ¿Y cómo te afectan a ti esos sucesos ahora?

Kay: **El sentimiento de fracaso es la clave. Esa energía pasó de generación en generación y se materializó de formas diferentes en cada miembro de la familia. Mi madre sufría de autoestima baja y se sentía intelectualmente inferior. Ese pensamiento pasó a sus hijos. Las cosas nunca fueron fáciles para nosotros. Siempre hemos tenido que luchar por todo.**

SK: Imagina que puedes hablar con la forma superior de tu antepasado. Mientras arrojas sobre él una luz curativa, pregúntale qué necesita para sentirse mejor y para hacer desaparecer esa energía.

Kay: **Quiere que su familia, y Dios, lo perdonen. Se siente responsable de sus muertes, como si él mismo los hubiera matado.**

SK: ¿Puedes decirle que eso no es cierto? ¿Que hizo todo lo que pudo y que no tiene culpa de nada?

Kay: **(al cabo de un momento) Vale. Se lo he dicho.**

SK: ¿Se siente mejor, aunque sea un poquito?

Kay: **Sí, pero sigue queriendo la absolución para los que él considera que son sus pecados. Sigue disculpándose y no quiere que su fracaso continúe afectando a la familia.**

SK: ¿Puedes decirle otra vez que está perdonado?

Kay: **Sí.**

SK: ¿Y lo va a aceptar?

Kay: **Sí.**

SK: Bien. Entonces, adelante, arroja una preciosa luz blanca sobre el campo de batalla y haz desaparecer el dolor de esos sucesos. Mira cómo tu antepasado se levanta, aliviado de su carga, y avísame cuando se sienta mejor. Permite que una preciosa luz curativa bañe la escena y sane a todos los involucrados. Extiende esa luz hasta todos los antepasados de esa época y hasta el presente. Imagina que todo lo ocurrido entre entonces y ahora se puede ver bajo una nueva luz de perdón. Avísame cuando te sientas mejor.

Kay: **(al cabo de unos minutos) Ya. Él está mejor y parece que todos también.**

Kay nunca llegó a visitar sus vidas pasadas en esta sesión. Los clientes van justo a donde necesitan para sanar. Por suerte, nuestras formas superiores siempre nos guían de forma excelente en la dirección correcta. Nunca volví a saber nada de Kay, pero espero que tras visitar a sus antepasados y reconocer el origen de sus problemas de autoestima, haya podido seguir adelante con mucha más confianza y haya encontrado la felicidad.

En conclusión

Cuando ocurren problemas físicos, ir a ver a un médico es esencial. La regresión a vidas pasadas y transgeneracional pueden ayudar a identificar los conflictos más profundos detrás de esos problemas físicos para que, con suerte, puedan desligarse del presente y quedarse únicamente en el pasado. Ahondar en el árbol genealógico de las personas los ayuda a través del tiempo y a menudo brinda una muy necesaria sanación física a aquellos que experimentan ese viaje. A continuación, trataremos otros casos relacionados con el problema más complejo al que podemos enfrentarnos los seres humanos: nuestras emociones.

3

Sanación emocional y espiritual Este capítulo ahondará en otros casos interesantes en los que los clientes encontraron soluciones, comprensión y sanación para desafíos emocionales y obtuvieron un entendimiento más espiritual tras centrarse en la transformación positiva de sus antepasados.

Los problemas emocionales son, sin duda, la razón principal por la que tanta gente busca terapia y someterse a una regresión a vidas pasadas. Lo que la gente no entiende es que, cuando surgen emociones negativas, pueden derivar directamente de la experiencia de nuestros antepasados. Al extender la luz curativa a nuestra ascendencia, podremos conseguir un cambio duradero y una mejora considerable, como les pasó a los siguientes clientes.

Asimismo, nuestros ancestros pueden despejar nuestro camino espiritual y ayudarnos a solidificar el propósito de nuestra actual encarnación al experimentar su viaje.

A Joyce le daban miedo sus dones psíquicos

Joyce era oficinista y ansiaba dedicarse a realizar lecturas del futuro de manera profesional, pero un gran miedo le impedía entregarse a su pasión.

«Me encanta el tarot», me explicó. «Todo el mundo dice que mis lecturas son mejores que otras que les han hecho profesionales».

«¿Por qué no te unes a una feria de videntes o creas una página web?», le sugerí.

Joyce suspiró. «No lo sé. Hay algo que me frena. Tengo miedo».

Durante la regresión a vidas pasadas de Joyce, le pedí que volviese al suceso de origen de sus dones intuitivos y le dije que encontrase el momento que la ayudara a explicar de dónde provenía ese miedo:

SK: ¿Dónde estás? ¿Qué año es?

Joyce: **No estoy segura del año, pero es en alguna parte de las islas británicas, en algún momento de la Edad Media.**

SK: Muy bien. ¿Eres hombre o mujer?

Joyce: **Mujer.**

SK: ¿Qué está pasando?

Joyce: **Vivo en un pueblo y trabajo mucho para cuidar de mi familia. Tengo marido y dos hijos pequeños. La vida es dura. No tenemos mucho, pero consigo algo de dinero extra ayudando a los agricultores a predecir sobre la cosecha y dando consejos a la gente. Me buscan y tengo cierta reputación en la zona.**

SK: ¿Qué relación tiene esa vida con la actual como Joyce?

Joyce: **Sigo teniendo ese don. Mi marido se ríe cuando le cuento que va a llover porque lo sé antes de que los meteorólogos lo anuncien. También he acertado con otras cosas, como**

cuando mi cuñado tuvo cáncer u otros diagnósticos leves.

SK: Sigue con tu vida en la Edad Media y fíjate si hay algún suceso que se relacione con el miedo y la dificultad de aceptar tus dones.

Joyce: **No. Me acepté en esa vida.**

SK: ¿Qué aprendiste entonces?

Joyce: **A ser yo misma. Se puede ofrecer más a los demás cuando usamos nuestros dones genuinamente.**

SK: ¿Puedes ver si esa vida es capaz de fortalecerte tanto como para alcanzar tu máximo potencial en esta encarnación?

Joyce: **Sí puedo, sí.**

La situación parecía fácil, pero no me quedé satisfecha con las respuestas que me dio porque mostró mucho miedo antes de la sesión, cuando hablamos, y durante ella no apareció nada significativo. El éxito de cualquier regresión se obtiene cuando el suceso de origen de esos sentimientos se identifica y se resuelve. Sabía que tendríamos que investigar en otras áreas para descubrir algo más complejo que la pudiera ayudar con la transformación y conseguir el propósito de usar sus dones. Decidí pedirle que regresara aún más en el tiempo.

SK: ¿Es ese el origen de tus problemas a la hora de desempeñar tu labor de vidente?

Joyce: **No.**

SK: Regresa más en el tiempo hasta una experiencia más antigua en la historia de tu alma, cuando te costaba expresar tus dones. Ve allí, ya. Fíjate en lo que está sucediendo.

Joyce: **(jadea) Soy una zulú en África.**

SK: Muy bien. ¿Qué está pasando en tu vida como zulú?

Joyce: **Vivo en una aldea y la gente viene para que les dé consejos espirituales. Leo huesos y predigo cosas. La mayoría tiene que ver con los cultivos y el tiempo, las enfermedades… se parece mucho a**

lo que hago ahora.

SK: ¿Cómo ha afectado esa vida a la actual?

Joyce: **Mis dones permanecen intactos, pero no los voy a usar en esta vida.**

SK: Adelántate hasta el último día de tu vida zulú. Ve allí, ya. Fíjate en cómo te vuelves espíritu y hazlo; flota por ese espacio pacífico entre una vida y otra. ¿Qué has aprendido en África?

Joyce: **Que estamos aquí para ayudar a la gente.**

SK: ¿Hubo algo de esa vida que te afectase de forma negativa y causase que no quisieras usar tus dones?

Joyce: **No. Fallecí de mayor y como una anciana respetable. Quería a todo el mundo y ellos a mí.**

SK: Pídele a tu espíritu guía que te ayude a buscar el suceso que te está bloqueando.

No sucedió nada. Topé con una pared y Joyce no tenía la respuesta a mi pregunta. Me di cuenta de que el suceso de origen no se encontraba en sus vidas pasadas, así que la guie a otro espacio en el que se encontró con su espíritu guía y sus padres:

SK: Imagina que estás con tu guía y las formas superiores de tus padres. Pregúntale a tu madre y a tu padre si alguno de ellos necesita recibir sanación en su lado de la familia y presta atención a lo que te digan.

Joyce: **Mi madre dice que sí.**

SK: ¿Y tu padre?

Joyce: **No, solo mi madre.**

SK: Muy bien. Imagina que tu guía, tu madre y tú podéis flotar sobre una puerta y sobre una larga raya de luz que representa el pasado de los antepasados de tu familia materna. Viaja deprisa en el tiempo al suceso adecuado. Ve allí, ya. ¿Dónde estás?

Joyce: **En un castillo.**

SK: Bien. ¿Qué está pasando?

Joyce: **Veo a una mujer que lleva un vestido largo y**

suelto. A su alrededor hay docenas de personas. Estamos en la corte y veo al rey y a la reina en sus tronos observando una especie de fiesta.

SK: ¿Quién es tu antepasado en ese momento?

Joyce: **La mujer.**

SK: Adelántate a través de esos momentos y fíjate en qué hay que sanar.

Joyce: **Mi antepasada era vidente. Acude al rey y le avisa de que alguien lo va a traicionar. Le dijo que los aliados en los que más confiaba iban a asesinarlo, pero él no la creyó. Se lo tomó a broma.**

SK: ¿Qué pasó después?

Joyce: **Hubo un intento de asesinato y se pareció tanto a lo que ella le había descrito que… (llora) ¡Es horrible! Se la llevaron y la ejecutaron.**

SK: ¿Por qué la castigaron?

Joyce: **Supusieron que ella formaba parte del intento de asesinato, aunque obviamente no fue así. Había sido una consejera leal tanto para el rey como para la reina, pero al final le dieron de lado y lo pagó con su vida.**

SK: ¿Cómo afecta este suceso a tu familia en tu vida actual?

Joyce: **Esos dones pasaron a muchas mujeres de nuestra familia. La mayoría trató de ocultarlos a lo largo de los siglos para sobrevivir. Es como si la idea de que nos persiguieran se hubiera insertado en nuestro ADN.**

SK: ¿De qué manera te afecta esto personalmente?

Joyce: **Tengo miedo de lo que veo y sé, y no he usado mis dones tanto como podría por miedo.**

SK: Muy bien. Imagina que tu guía puede mandar una luz curativa a tu antepasado, que sana esa energía, y fíjate en cómo la luz se transmite a

tu madre, aliviando y animando su forma superior; a continuación, la luz se extiende hacia ti y se cuela hasta todas las células de tu ser. Deja que esta luz elimine cualquier miedo que tengas sobre el uso de tus dones. Fíjate en que esa luz sana a todos los miembros de tu familia, desde el principio de los tiempos hasta el día de hoy. Avísame cuando te sientas mejor.

Joyce liberó las connotaciones negativas en torno al uso de sus dones. Ese sentimiento de no terminar de dar el paso para usar su intuición es bastante común en los clientes. Sin duda, en la antigüedad ejecutaban a la gente por aquello que se consideraba diferente. En la actualidad, el miedo al rechazo social acarrea emociones poderosas que rivalizan con el terror que se asocia al peor castigo, la muerte.

Las regresiones a vidas pasadas y las transgeneracionales pueden ser tremendamente transformacionales a la hora de dilucidar el origen de esos sentimientos y eliminarlos de una vez por todas. En el caso de Joyce, me escribió un tiempo después de nuestra sesión y me dio las gracias. Me explicó que por fin se dedicaba a leer el tarot en una feria local de su ciudad y que sus sesiones estaban teniendo buena acogida. Usar nuestros dones y talentos a la máxima potencia hace que la vida sea maravillosa.

Me parece interesante destacar que los zulúes creían en honrar a sus antepasados, y cuando volví a tener noticias de Joyce, ella había logrado usar sus dones latentes ofreciendo lecturas y sanación. Parecía más feliz, porque sabía que su trabajo ayudaba a la gente. Logró reinventar la lectura de huesos en algo actual y que popularizó entre sus clientes. Su historia es un gran ejemplo de que las personas somos capaces de recordar dones de nuestras vidas pasadas, liberarnos de miedos y abrazar ese regalo procedente tanto de nuestra propia alma como de nuestros antepasados.

La pena de Noel se convirtió en un regalo navideño En la introducción del libro menciono brevemente un encuentro al que asistí y en el que las personas estaban interesadas en aprender sobre el ADN. Aquellos que preguntaron más durante el programa querían descubrir más detalles sobre sus verdaderos antepasados. No

puedo culparlos. Cuando pidió cita conmigo, Noel no me reveló que era adoptada. Acudió a mí tras una ruptura sentimental, triste y confundida.

«Mis padres están felizmente casados, pero yo, haga lo que haga, no consigo que mis relaciones duren. Puede que sea tonta al creer que como son tan buen ejemplo, yo también podré encontrar el amor con facilidad. Al verlos sé lo maravillosa que podría ser una relación. He intentado de todo, desde ser yo misma hasta claudicar en cosas que no debería, pero haga lo que haga, al final las cosas nunca terminan de cuajar. Quiero ver si hay algo que pueda hacer para cambiar, ya sea yo misma o mi forma de pensar, para vivir un amor como el que me han dado mis padres desde niña», me contó.

La petición parecía sencilla. Noel describió a su cariñosa familia con todo lujo de detalles y me contó que la llamaron como su festividad favorita porque llegó al mundo entonces. Hice un comentario acerca de las desventajas de haber nacido en diciembre y que era una pena a la hora de recibir regalos, y entonces me dio más detalles que resultaron ser fundamentales para ayudarla con sus problemas amorosos.

«Lo cierto es que cumplo años en octubre. Mis padres me adoptaron en Navidad, así que me llamaron Noel, y siempre me han dicho que soy su bebé navideño, aunque no naciese entonces», me dijo.

Durante la sesión, procedí a trabajar con las vidas pasadas de Noel para intentar encontrar el suceso de origen relacionado con sus problemas sentimentales. Le empezó a interesar la sanación de energía y acabó regresando a un par de vidas pasadas, una durante la Irlanda celta y otra en un pueblo remoto en Australia en la que usaba su intuición para recetar plantas medicinales a la gente. No hubo nada que sugiriera que tuviese malas relaciones sentimentales, solo que era una persona solitaria que valoraba el ayudar a los demás más que el formar parte de una relación.

Noel mencionó que trabajaba mucho y se dio cuenta de que era algo recurrente en sus vidas pasadas. Confesó que el trabajo había sido un obstáculo en su última relación y que tenía ganas de sanar para invertir su tiempo en una pareja. Obtuvo algo de sanación en cuanto a ese respecto y, pese a haber habido progreso, sentí que no habíamos dado con el suceso de origen del problema; aquello que provocaría una transformación real en ella. Un rato después, tuve el presentimiento de que Noel necesitaba reunirse con sus padres biológicos.

SK: Ve allí, ya. Sé consciente de que esas son sus formas superiores. Mantén una conversación con ellos. Siente el amor que te prodigan y pregúntales si hay algo que debas saber ahora.

Noel: **(llorando) Me han dicho que lo sienten y que querían que tuviese una vida mejor que la que me podían haber dado ellos. Que eran demasiado jóvenes para criarme.**

SK: ¿Puedes perdonarlos?

Noel: **Nunca he estado enfadada con ellos. Mis padres adoptivos no me esconden nada; ya me dijeron que cuando yo nací, mis padres biológicos eran unos críos. Ahora los estoy abrazando y les estoy diciendo que no pasa nada.**

SK: Muy bien. Avísame cuando terminéis de hablar.

Noel: **Ya hemos terminado. Se sienten mejor al saber que no les guardo rencor.**

La actitud de Noel me impresionó; en lugar de reconfortarla sus padres, fue ella la que los reconfortó a ellos. En general, la sanación relajó la energía a su alrededor y pareció transformacional. Si eres adoptado o no has crecido con tus padres biológicos, tendrás la oportunidad de experimentar un viaje similar en un apartado más adelante. Mientras tanto, todavía necesitábamos averiguar por qué las relaciones de Noel nunca cuajaban, así que le pregunté cuál de sus padres biológicos necesitaba sanar más. En ese momento, su padre dio un paso al frente. Pasó lo siguiente:

SK: Imagina que tu ángel puede acompañaros a tu padre y a ti y que flotáis al pasado, hasta un suceso de la historia de sus antepasados que te ayudará con tus problemas sentimentales. Ve allí, ya. ¿Qué está pasando? ¿Dónde estás?

Noel: **No estoy segura. Es al principio de los tiempos, en la época de los hombres de las cavernas, en la prehistoria.**

SK: Muy bien. ¿Qué está sucediendo?

Noel: **Hay un hombre. Bueno, parece un neandertal y está con su compañera, pero se va a cazar. Se pierde y no vuelve. La mujer se queda con un niño y se pregunta dónde está; tiene que valerse por sí misma.**

SK: Muy bien. ¿Cómo se relaciona este suceso con tu vida actual?

Noel: **Mi padre era joven y le costaba comprometerse. Creció con un padre ausente y a su padre le pasó lo mismo con el suyo. Es un patrón que se repite en la familia paterna. Abandonan a las mujeres, no se quedan con ellas.**

SK: ¿De qué manera afecta a tus relaciones?

Noel: **Aunque no soy hombre, tengo que admitir que siempre soy yo la que rompe. Hay una parte de mí que es incapaz de mantener una relación con otra persona. Es un remanente de mi familia paterna. Me quejo de mis problemas sentimentales y a veces finjo que es por la otra persona, pero soy yo la que dice que no. No quiero que me hagan daño, pero, sobre todo, hay una parte de mí que no se ve capaz de seguir. Es como si no pudiera evitarlo.**

SK: ¿Estás preparada para deshacerte de ese antiguo patrón para tener por fin una relación duradera?

Noel: **¡Sí!**

Sanamos a todas las personas de su familia y cortamos lazos con la energía del pasado. Tenemos patrones de conducta profundos que provienen de nuestras vidas pasadas o de la influencia de nuestros antepasados, y tenemos la capacidad de liberarnos de comportamientos antiguos y de tomar decisiones en el presente. Eso sí, hacerlo no es tan fácil como parece. Es posible cambiar; si nos centramos y nos esforzamos, todo puede cambiar y evolucionar. En general, me sentí muy orgullosa de la actitud confiada de Noel, y cuando acabó su sesión me hizo creer que sí que había descubierto la raíz de su problema y que haría los cambios pertinentes para poder resolverlo.

Al final, suceda lo que suceda en una sesión, el cliente debe creer en el resultado y pasar página siguiendo su propio consejo. Me encontré a Noel después en una expo y conocí a su nuevo novio. Parecían felices y, aunque no sé qué fue de esa relación, espero de corazón que haya encontrado esa felicidad duradera que tanto merece.

Dillon logró compadecerse de su padre estricto
Durante una regresión a vidas pasadas, guío a los clientes hasta el periodo más antiguo en el que son capaces de aceptar la sanación. Al analizar algo del pasado que puede afectar el futuro de forma positiva, se producen cambios duraderos. Eso no siempre conlleva viajar a otra vida. Es posible recibir sanación simplemente repasando momentos anteriores de la vida actual. Es algo que sucede con muchas de las regresiones transgeneracionales que hago. A menudo las transformaciones involucran algún suceso anterior en la vida de uno de los padres que se debe sanar.

Siempre he creído que la mayoría de las almas son buenas y que las personas, sobre todo, lo hacen lo mejor que saben. Esa versión de «lo mejor» no siempre cosecha los resultados que esperamos, y ese concepto es el tema de muchas de mis sesiones con clientes que tratan de navegar por las aguas tumultuosas del perdón, que es lo que lleva a la auténtica evolución del alma.

Todos aprendemos a base de ejemplos y experiencias, y hay veces que nuestros padres no reciben esos ejemplos. Por desgracia, en muchas ocasiones, en lugar de superarlo y hacerlo mejor, esos patrones dañinos se repiten y pasan de generación en generación.

Hay muchísima gente que considera que los sucesos del pasado son imperdonables. El mal comportamiento es inexcusable, y cuando alguien se aferra a esa ira y no se muestra dispuesto a ceder, al final la persona que no puede perdonar es la que más sufre.

Casi todos los caminos hacia el perdón en los que yo ayudo a la gente tienen lugar en la imaginación, no con las personas involucradas en sí. Es

fascinante abrirse a recibir más luz y deshacerse de los patrones que nos pesan enviando una luz curativa a los demás en nuestra imaginación. Cuando podamos mirar a nuestros padres con compasión y tratar de sanar las partes de ellos que han sufrido, empezaremos a progresar. Todos nos proyectamos en situaciones que nos ocurren para que, cuando ahondemos y cambiemos la manera de hacer las cosas, la gente a nuestro alrededor también deba cambiar y evolucionar teniendo en consideración nuestra nueva conciencia.

Dillon vino a verme después de que su mujer diera a luz a su primer hijo, un niño. Acudió para someterse a una regresión porque no quería repetir la conducta que aprendió de su estricto padre y ansiaba esforzarse espiritualmente para sanar cualquier problema antes de que estos sucedieran en el plano físico.

Me dijo: «Mi padre no era tan malo. Nos golpeaba con el cinturón cuando nos pasábamos de la raya, aunque solo fuera un poco. Así eran las cosas antes. Quiero asegurarme de no ser así con mi hijo. Mi mujer tiene buen corazón. Solo me permitiría que disciplinara a mi hijo echándole la bronca. Quiero educarlo con disciplina y a la vez no ser demasiado duro. Lo principal es que quiero que mi familia sea feliz y mi hijo crezca siendo una buena persona. Lo son todo para mí».

Dillon se reunió con su padre y ambos retrocedieron en el tiempo, aunque en lugar de tratar de revivir la vida de sus antepasados, visitó la dura infancia que tuvo su padre:

SK: Regresa a un momento importante de la infancia de tu padre que explique por qué se comportaba así. Ve allí, ya. Fíjate en lo que está sucediendo.

Dillon: **Es pequeño. Tiene unos tres o cuatro años y está llorando. Su padre le está gritando que se calle.**

SK: ¿Cómo se siente?

Dillon: **Asustado. Su madre intenta decirle a su padre que no chille, pero eso solo ha empeorado las cosas. Ahora llora aún más y le están dando azotes muy fuertes.**

SK: Permite que tu ángel arroje luz sobre el pequeño y le seque las lágrimas y avísame cuando todos se sientan tranquilos, calmados.

Dillon: **Ya. Están mejor.**

SK: Muy bien. Imagina que puedes conectarte a tu abuelo y regresar a su pasado, a su infancia. Viaja a ese suceso significativo que explicaría los castigos severos y fíjate en lo que está sucediendo.

Dillon: **Es un niño pequeño en una granja. Tiene hermanos y hermanas mayores, y su padre les está gritando y asustando a todos.**

SK: Deja que tu luz sane a todos y apacigüe la situación. Sigue a su padre al pasado y fíjate en lo que sucede.

Dillon: **Es la misma granja. Supongo que ha pertenecido a la familia durante generaciones. También lo están castigando; lo están golpeando en la cabeza por haber fastidiado algo. Está en un granero y ha hecho algo mal. Lo castigan y él llora, pero su padre le pega con más fuerza y le dice que los hombres no se ponen así.**

SK: Deja que la luz blanca sane esta situación. Envía esa luz curativa a tu bisabuelo, a tu abuelo y a tu padre. Observa cómo esa luz viaja a través de todos tus antepasados hasta tu padre, y siente cómo se desplaza hasta la planta de tus pies, subiendo hacia la cabeza, aliviando y relajando cada parte de tu ser. ¿Estás listo para liberar la energía del pasado y pasar página de forma distinta?

Dillon: **Sí.**

SK: Permite que esa luz viaje a través de ti y se lleve consigo todos los sentimientos hostiles y los reemplace con paz y amor.

Completamos la sanación y Dillon viajó al futuro de su vida actual, visitando un recuerdo futuro con su hijo en el que lo castiga en su justa medida, y después a otro momento en el futuro que le mostró que su hijo crecería hasta convertirse en un joven fantástico. Aunque no supe nada más de Dillon, tengo la esperanza de que, al querer ser mejor para su familia, eso fuera exactamente lo que hiciese. Dillon tenía muchas posibilidades de conseguirlo porque se mostró abierto al cambio, que es el primer paso para la auténtica sanación. Cualquiera que esté dispuesto a explorar y a ampliar su forma de pensar, sobre todo la que han adquirido de su familia, manifestará una actitud

maravillosa para con las generaciones futuras.

Los ancestros mesopotámicos ayudaron a Lucy a mitigar su ansiedad Lucy acudió a mí por padecer ansiedad severa sin causa aparente y, al igual que muchos de mis clientes, tras probar con otras cosas decidió someterse a una regresión a vidas pasadas. Lucy tuvo varias sesiones y, aunque mejoró, no progresó tal y como yo esperaba.

«Llevo con depresión desde que tengo uso de razón. Mi doctor me recetó antidepresivos, pero me sientan mal y me pongo nerviosa. Cambié de medicación, pero empecé a sentirme inquieta, así que dejé de tomarla. Fui a terapia, pero con eso me empecé a sentir peor conmigo misma. Tengo un buen trabajo, buenos amigos y una familia que me apoya. Sé que no debería quejarme, pero no sé qué hacer. Llegados a este punto no tengo ni idea de cómo mejorar», me contó.

Durante su primera sesión, Lucy y yo practicamos algunos ejercicios de relajación juntas y le enseñé a arrojar una luz curativa sobre su cuerpo para tranquilizar a su yo interior y sentir así más calma. A menudo, imaginarte esa luz curativa y rodearte con un escudo protector suele ayudar a las personas sensibles.

Tendrás la ocasión de practicarlo en la última sección de este libro. A Lucy pareció ayudarle y dijo que le resultó útil, lo cual me pareció genial, pero seguíamos sin hallar el origen de su ansiedad. Desde el principio había mencionado a su familia, así que no le volví a preguntar por ellos, porque la apoyaban. Su madre era amable, su padre era bueno y no había nada extraño en ellos. No obstante, pasado un tiempo, volví a preguntarle para saber más detalles sobre su familia.

«Mis padres son una pareja bastante estable. Llevan toda la vida juntos. Aunque me da la sensación de que mi padre no se siente tan seguro como aparenta. Es algo callado. Finge con todo el mundo; es como si guardase algún secreto. Sé que suena raro. Me cuesta explicarlo», me dijo.

Seguí por ese camino y decidí ver si podíamos conectar con la forma superior de su padre. Lucy se reunió con él y le preguntó si quería sanar algo del pasado de sus antepasados. Y, en efecto, su padre la ayudó a retroceder

hasta sucesos del año 3000 a. C.:

SK: Retrocede por el árbol genealógico de tu padre hasta un suceso que te ayude a comprender los desafíos de tu presente. Ve allí, ya. ¿Dónde estás?

Lucy: **Sonará raro, pero te diré que es Mesopotamia, año 3000 a. C.**

SK: Muy bien. ¿Qué está ocurriendo en Mesopotamia?

Lucy: **Veo a la gente trabajar con fuego y minerales. Están aprendiendo cosas, probando cómo funcionan. Son procesos que no se han hecho nunca.**

SK: Muy bien. ¿Quiénes son y qué te une a ellos?

Lucy: **Tengo la sensación de que son algunos antepasados de la familia de mi padre.**

SK: Bien. ¿Cómo relacionas esto a tu ansiedad y situación actuales?

Lucy: **Son muy inteligentes y creativos. Como mi padre ahora. Sin embargo, aunque están creando algo que el mundo no ha visto nunca, hay mucha presión. Los gobernantes los están amenazando; tienen que crear algo que le guste a todo el mundo. Si no, se arriesgan a que los ejecuten, aunque sería una pena, porque siento que están creando algo innovador.**

SK: ¿De qué manera se relaciona con los sucesos de tu vida actual?

Lucy: **Últimamente he estado bastante agobiada por el trabajo. Trabajo en una prestigiosa agencia de publicidad y ahora mismo estamos con una campaña para un cliente que nos podría suponer una cuenta enorme. Mi jefe me está presionando y yo hago todo lo que puedo.**

SK: ¿En qué se relaciona esto con tu padre?

Lucy: **Mi padre es artista y los ricos a menudo le hacen encargos para sus casas. En cierta forma, trabajar así arruina su creatividad, pero, por otro lado, tiene la suerte de ser uno de los pocos artistas que se gana la vida con lo que hace. Su personalidad callada es fruto de eso. Tiene que estar en silencio para poder crear cosas.**

Enviamos luz curativa a todas las personas implicadas y seguimos trabajando en técnicas y actitudes que la ayudarían a sentir más paz y tranquilidad y a crear sin sentirse abrumada. Dijo que se sentía mejor y me escribió un correo un tiempo después de la sesión para contarme que había conseguido la cuenta y se había ganado un ascenso bien merecido. Usar las técnicas de respiración y la meditación —que consiste en envolverse en un escudo de luz protectora que la aislaba del mundo—, también la ayudó a sentirse mejor. La clave del éxito fue esa conexión con sus raíces artísticas y aprender a aceptar su legado valorando la larga ascendencia de antepasados artistas en su árbol genealógico.

Craig recibió una sorpresa espiritual en su quincuagésimo cumpleaños A través de cualquier regresión se desata una percepción espiritual, ya sea cuando los clientes regresan a sus vidas pasadas o cuando sanan a sus antepasados. Para su quincuagésimo cumpleaños, Craig decidió regalarse una regresión a vidas pasadas como si aquello fuese algo que quisiera hacer antes de morir.

«Aunque crecí en un entorno cristiano, siempre he creído que he tenido otras vidas. Es algo que llevo pensando años. Me estoy haciendo mayor, así que he decidido que ¿por qué no?», me dijo.

Muchos clientes vienen a someterse a regresiones por mera curiosidad, y bastantes más de los que crees vienen en su cumpleaños, sobre todo en los más significativos. Cuando envejecemos, nos aceptamos más y, con suerte, aceptamos quiénes somos de verdad y cómo decidimos vivir nuestra vida. La

regresión es fundamental para ayudar a la gente a conocerse como nunca antes. Craig se sumergió en sus vidas pasadas con facilidad y descubrió su pasión por los deportes de equipo durante la época de los aztecas:

SK: ¿Dónde estás?

Craig: **Estamos jugando a la pelota en un edificio de piedra. De hecho, no es el que visité, pero se asemeja a los que hay en Centroamérica. Me encanta que el juego sea en equipo, pero puede tornarse peligroso.**

SK: ¿Qué aprendiste allí y cómo afecta a tu vida actual?

Craig: **Que el deporte puede ser divertido. La mentalidad de equipo resulta alentadora, pero a veces no hay que tomársela a risa. Por aquel entonces, la gente moría. Soy entrenador de fútbol americano en un instituto y ahora entiendo por qué todos creen que estoy serio todo el tiempo. Me tomo la seguridad de los chicos muy en serio y a veces la gente cree que no tengo sentido del humor. Estoy preocupado, y ya está. Ya veo de dónde procede esa sensación.**

Craig también sanó a su padre, que había fallecido recientemente, y mantuvo una conversación importante con él en la que tuvieron la oportunidad de decirse aquello que no habían hecho en vida:

Craig: Mi padre era un hombre parco en palabras, muy estricto. Tampoco hacía gala de un gran sentido del humor, y esa es otra razón por la cual soy como soy.

SK: **Pregúntale a tu padre si hay alguien en su linaje que necesite sanación, sí o no. Céntrate en la primera respuesta que aparezca en tu mente.**

Craig: Sí.

SK: **Ve, regresa en el tiempo a las vidas de tus**

antepasados por parte de padre. Enseguida llegarás al suceso que más necesita sanar ahora. Ve allí, ya. ¿Dónde estás?

Craig: En Nueva Escocia, Canadá, en la costa. Mi familia proviene de allí.

SK: **Muy bien. ¿Qué año es?**

Craig: No estoy seguro, en algún punto del siglo XVII.

SK: **Muy bien. ¿Qué está pasando?**

Craig: Hay una tormenta horrible. Está lloviendo a mares. Hay truenos y relámpagos, el viento es fuerte y está creando derrubios. La lluvia se lo está llevando todo. La gente trata de sobrevivir. Es terrible. Hay personas atrapadas y otras que escapan sin ellos, que los dejan atrás. Están tratando de escalar y subir para alejarse de la orilla. Quieren dirigirse al interior, pero no hay tiempo. Todo se está destruyendo a su alrededor, como las casas. El agua se lleva a la gente al mar y hay otros que desaparecen por las grietas. Es desolador.

SK: **¿A qué antepasado estás viendo en concreto?**

Craig: Me gustaría decir que a mi tatarabuelo. No sé de qué generación. Es uno de los jóvenes. Escapa a una zona nueva.

SK: **Imagina que te adelantas a ese lugar. Ve allí ahora y observa cómo le va a tu tatarabuelo.**

Craig: Está mejor que otros. Sus padres están desolados. Algunos de sus hermanos y hermanas perecieron. Noto lo desesperados que están. Esa energía ha perdurado en la familia.

SK: **Envía una luz curativa a todos los implicados, a los que fallecieron y los que escaparon. Avísame cuando sientas que la energía es mejor, más neutral.**

Craig: Ahora es mejor.

SK: **¿Qué hacen cuando se van de casa? ¿Adónde van?**

Craig: Al interior. Han de aprender a cultivar en vez de pescar. Les cuesta, pero sobreviven.

SK: **¿Cómo afectan los sucesos de principios del siglo xvii a tu presente y a las vidas de tus familiares?**

Craig: La seriedad. Proviene de ahí. La tormenta se llevó la esperanza y ahora todos están serios. En el fondo hay un efecto residual, así que, por mucho que queramos pasarlo bien, tenemos esa sensación de que en cualquier momento puede pasar algo malo.

SK: **¿Querrías deshacerte de esos sentimientos de pavor sabiendo que ya no necesitas que te influyan?**

Craig: Sí, pero no quiero olvidar los sacrificios que hicieron por nuestra familia.

SK: **Por supuesto que no. Sin embargo, ¿ves que si reclamas la felicidad como parte de tu experiencia los honrarás al demostrarles lo fuerte y resiliente que eres?**

Craig: Supongo que nunca lo he visto de esa manera, pero sí. Tiene sentido.

Llevamos a cabo más sanación y, en cuanto terminó la sesión, Craig sintió que había obtenido más información de la que imaginaba. En cuanto se abre la puerta al conocimiento del alma, no se sabe la percepción y la perspectiva que se pueden ganar. Me encontré a Craig años después y, aunque no hablamos de la regresión, me contó que se había jubilado como entrenador hacía poco y que estaba pasando más tiempo con su familia. Parecía feliz, contento.

A Dana le preocupaba comprar Dana vino a verme porque se preocupaba continuamente por cosas que no sucedían en el mundo real. Para aquellos que piensan que creamos las cosas a partir de los pensamientos: a Dana le daba miedo que, de no hallar el origen de ese malestar, terminara haciendo realidad eso que la preocupaba. Durante nuestra charla inicial, me reveló que comprar le

causaba muchísimo estrés.

«Me preocupa hacerme daño mientras estoy en una tienda, aunque es algo que nunca me ha pasado. Siento como si siempre estuviera mirando por encima del hombro y fuese paranoica sin razón. Sé que no hay nada de qué preocuparse. Es ridículo. No entiendo por qué pienso así; tengo mucha suerte en otros aspectos de mi vida. Tengo una buena casa y un buen marido. Mis hijos se portan bien. La familia y los amigos nos apoyan, pero siempre me preocupo por cosas que no existen. Las cosas horribles que oigo en las noticias son un ejemplo. Nunca se sabe lo que puede pasar», me explicó.

Hay gente que nace predispuesta a preocuparse. Su madre fue así, y su abuela antes que ella, etcétera. El miedo es una emoción predominante que se hereda, y con razón. La historia nos dice que la gente luchó contra adversidades de vida o muerte y que el peso de esa energía se puede trasladar fácilmente hacia los aspectos más rutinarios de nuestra vida actual. La preocupación en sí no es algo que nos tenga que afectar a menos que ese comportamiento empiece a afectar de forma negativa a nuestra vida, hasta el punto de no formar parte de ella activamente o no disfrutar de lo que este mundo puede ofrecer. Esta problemática afección se volvió tan horrible que Dana empezó a padecer sensaciones físicas no deseadas que se volvieron predominantes con el tiempo.

En términos espirituales, los problemas de espalda pueden afectar al trasfondo emocional de no sentirse apoyada. Se lo comenté a Dana, pero ella parecía tener una buena vida y más apoyo que muchas otras personas que conozco.

Después de abarcar todas las posibilidades, empecé a creer que Dana pasaba demasiado tiempo preocupándose por lo que veía en las noticias. Le sugerí que dejase de ver la televisión durante un tiempo. Dana me convenció de que su ansiedad iba más allá. Para mi sorpresa, me dijo que le gustaban las películas, pero que apenas veía las noticias. Se sometió a una regresión a vidas pasadas para comprobar si alguna encarnación anterior le había causado esas emociones y el dolor que las acompañaba:

SK: Pídele a tu guía espiritual que te ayude a responder la siguiente pregunta: ¿Ese miedo de que te roben empezó en una vida pasada, sí o no?

Dana: **No.**

Su respuesta me confundió y me hizo deducir que los eventos de esta vida estaban influyendo más de lo que me había dicho. Mostró una pena enorme por los numerosos tiroteos y los sucesos en lugares públicos, así que, en el fondo, a pesar de lo que me decía, seguí pensando que esa era la auténtica fuente de su problema. Seguí trabajando con ella, y al ver que no sucedía nada relevante, decidí preguntarle por sus antepasados. Nos reunimos con la forma superior de su padre y Dana regresó en el tiempo para visitar a su trastatarabuelo por parte de padre:

SK: ¿Dónde estás? ¿Qué está pasando?

Dana: **En alguna parte de la costa este. Veo que un hombre está saliendo de una carreta y se dirige a un edificio.**

SK: ¿Quién es?

Dana: **Supongo que mi bisabuelo.**

SK: ¿Y entonces qué ocurre?

Dana: **Un hombre aparece, lo agarra y se lo lleva a un callejón al lado del edificio. Mi abuelo le pega un puñetazo en la nariz. El hombre cae al suelo y mi abuelo hace amago de marcharse, pero ese hombre va detrás de él y lo apuñala por la espalda. Mi abuelo trata de forcejear, pero ese tipo lo apuñala varias veces. ¡Duele! (Se toca la espalda en la misma zona que me enseñó antes de la sesión).**

SK: ¿Qué sucede a continuación?

Dana: **Decide hacerse el muerto esperando que el hombre se vaya, y eso hace.**

SK: ¿Vive?

Dana: **Es un milagro, pero sí. El problema es que no vuelve a ser el mismo. Cojea y siente miedo todo el tiempo, como si no fuese capaz de confiar en la**

gente desde entonces. Se vuelve reservado y no sale apenas.

SK: Arroja una luz curativa a tu abuelo para que sane y su dolor desaparezca. Deja que la luz viaje por su cuerpo y sane a todos tus antepasados hasta que te sientas mejor y tu espalda deje de doler. Avísame cuando te sientas mejor.

Dana: **Mejor. Sí.**

SK: Avanza hasta el último día de vida de tu abuelo. ¿Cómo se convierte en espíritu?

Dana: **Está en la cama. Murió por la complicación de una úlcera a causa de la preocupación. Siempre ha tenido problemas de espalda, pero, al final, fue la preocupación lo que lo mató.**

SK: Imagina que puedes ir con él cuando se dirija a ese espacio entre vidas. ¿Tienes algo de tu antepasado?

Dana: **Sí, una daga. Se parece a la que usaron para apuñalarlo.**

SK: Muy bien. Sujeta la daga y permite que tu antepasado la recupere. Fíjate si tu padre o tu abuelo también tienen dagas o cualquier cosa que quieran devolverle.

Dana: **No, han pasado la daga de hijo en hijo desde que sucedió. No ha sido intencionadamente.**

SK: Pregúntales a tu padre y a tu abuelo si están listos para devolver la daga y acabar con el dolor. ¿Les importaría que se dejara de heredar?

Dana: **Claro que no.**

SK: Perfecto. Hazlo ya. ¿Cómo se relacionan estos sucesos con tu vida?

Dana: **He heredado esa energía de preocuparme. Todos en mi familia la hemos heredado. También recibí su dolor. Ya no tengo que sentirlo.**

¿Tan apegados estamos a nuestros antepasados? ¿Contamos con una memoria genética que nos hace vivir cosas que les sucedieron a nuestros antepasados? El caso de Dana sugiere que siempre estamos ligados a las generaciones pasadas. En un correo me contó que ya se sentía mejor y más

segura de sí misma después de la sesión; parecía haberse librado de la influencia del pasado.

Belinda aplacó la ira de su antepasado Poco después de divorciarse, Belinda vino a verme para resolver algunos problemas espirituales que según ella se habían acentuado durante la separación poco amistosa con su marido.

«Llevo años yendo a terapia con mi marido. Hablamos de todo y, aun así, él se empeña en que siempre estoy enfadada. Yo reconozco mis errores. He llegado a arrojar cosas por casa y me cabreo mucho, a veces sin razón de peso. No quiero ser así; he intentado cambiar y hacer lo que mis terapeutas me aconsejan, pero es como si hubiera algo que me hiciese sentir así todo el tiempo. Quiero llegar al fondo del asunto y curarme. ¡Le juro que no soy así! Estoy segura», me dijo.

Se sometió a una regresión a vidas pasadas y vimos que había pasado por varias experiencias traumáticas, incluyendo una guerra horrible:

SK: ¿Dónde estás y qué está sucediendo?

Belinda: **Hay cadáveres por todos lados.**

SK: ¿Eres hombre o mujer?

Belinda: **Quiero decir mujer, pero voy vestida como un hombre. Estoy luchando. Tengo una espada escondida bajo la ropa. Se la he quitado a uno de los cadáveres. Si me pillan aquí y descubren quién soy, no me dejarán luchar.**

SK: ¿Por qué luchas si no quieren que lo hagas?

Belinda: **Porque han asesinado a mi familia y estoy furiosa. Mis padres y mis hermanos han muerto. Me había casado hace poco y también han matado a mi marido. Estoy embarazada, pero no me importa. Prefiero morir y llevarme conmigo a toda**

la gente que pueda a quedarme sentada y ver la masacre sin tratar de detenerlos.

SK: ¿En qué parte del mundo estás?

Belinda: **Sudamérica. Perú.**

SK: ¿En qué año? Lo primero que te venga a la mente.

Belinda: **Es a principios del siglo xvii.**

SK: ¿Por qué estás luchando?

Belinda: **Hay una revuelta. Los conquistadores nos han cabreado. Es horrible. Tanta muerte; y sí, estoy furiosa. Odio lo que nos están haciendo. No es justo, y por eso lucho.**

Durante nuestra conversación inicial, Belinda mencionó que su padre estuvo en el ejército, y sentí que debíamos cambiar el rumbo de la conversación hacia ese hecho. Nos reunimos con su forma superior y ella descubrió que él quería contarle algo sobre sus antepasados:

SK: Viaja al pasado de tus antepasados y llega al momento que tu padre cree que necesita más sanación. Ve allí, ya. ¿Dónde estás?

Belinda: **En un campo de batalla. Es la Primera Guerra Mundial.**

SK: Muy bien. ¿Qué está pasando?

Belinda: **Veo a un niño que corre y está sudando. Tiene miedo. Tiene una pistola y apenas saber qué hacer con ella. La gente a su alrededor está cayendo. Se escuchan explosiones fuertes. Se esconde en una cuneta.**

SK: ¿Quién es?

Belinda: **Uno de nuestros antepasados. Mi padre dice que está en nuestro árbol genealógico. Ha estado investigando en Ancestry.com y es una de las personas que ha encontrado.**

SK: ¿Cómo influye su experiencia en tus problemas de ira actuales?

Belinda: **No estoy segura.**

SK: Adelántate hasta ver qué le pasa a ese niño y si eso te da alguna pista. Ve allí, ya. ¿Dónde estás?

Belinda: **Ahora está en casa. Es mayor. Tiene familia y ha sobrevivido a la guerra, pero le pasa algo en la pierna. Qué curioso, a mi padre también le pasa algo en esa pierna. Ya no tiene miedo. Vio mucho en la guerra y aquello le agrió el carácter, le volvió huraño. Sigue furioso. Quiere ser una buena persona. De joven lo fue, pero la guerra lo cambió. No quiere sentirse hastiado, pero no puede evitarlo.**

SK: Transmítele una luz curativa. Dile lo mucho que sientes que haya tenido que pasar por eso. Avísame cuando se sienta mejor.

Belinda: **Sí, agradece mis palabras. Está llorando. Se está abriendo de una forma que antes no podía. Se disculpa por habernos endosado sus problemas y yo le estoy diciendo que no pasa nada.**

SK: Imagina que una luz llena de cariño se introduce por su cuerpo hasta el corazón, aplacando el dolor. Deja que la luz viaje por todos tus antepasados entre esa época y la actualidad, hacia tu padre y hacia ti y tu corazón. Siente que tu corazón se relaja, se abre y deja que el amor y la paz lo llenen. Avísame cuando todos os sintáis mejor.

Belinda: **Ya. Mucho mejor.**

SK: ¿Cómo te ayudará esta nueva información en el futuro?

Belinda: **Ahora me doy cuenta de que ya no estoy en la guerra. De que las personas de mi entorno no son mis enemigos. He tenido enemigos reales en el pasado, igual que mi familia, pero eso ya ha pasado y ahora puedo ser yo. No tengo que pelear por todo.**

Belinda parecía sentirse mucho mejor al acabar la sesión. Toda su energía cambió a unas vibraciones mucho más tranquilas. Espero que esa sensación

perdurase.

En conclusión

En circunstancias normales, supongo que somos responsables de nuestra sanación y que simplemente podemos viajar al pasado; ya sea en esta vida o hace miles de años. Identificamos el suceso problemático, sanamos, enmarcamos la situación y volvemos al presente con más fuerza. Sanar el pasado no siempre es tan fácil.

Somos uno, y estamos conectados a nuestros antepasados de manera intrínseca. Cuando dedicamos nuestro tiempo y esfuerzo a localizar el suceso de origen que ha infligido daño a los demás y mandamos luz a dicho suceso, pasan cosas maravillosas. Puede que descubramos que nuestro dolor emocional es compartido, y al hacerlo, mejoramos nuestra realidad.

4

Maldiciones y juramentos Hace años, de casualidad, empecé a ayudar a la gente a revocar maldiciones. Y digo «de casualidad» porque todo empezó cuando pedí a mi lista de contactos que me dijeran si se sentían bendecidos, maldecidos o afortunados. Como yo me siento increíblemente bendecida, presupuse que los demás también. Para mi absoluta sorpresa, varios clientes míos me dijeron que estaban maldecidos, así que desarrollé unos métodos para ayudarlos a aliviar esa carga.

¿Son reales las maldiciones? Esta es una pregunta a la que tendremos que

seguir enfrentándonos hasta la eternidad, y ni yo misma sé con certeza si alguna vez hallaremos una respuesta satisfactoria. Lo que sí sé es que conseguimos lo que pensamos, y ciertas acciones pueden volverse profecías al final.

He notado en algunos clientes maldecidos que parte de su problema surgía de aquello en lo que se estuvieran centrando. Por ejemplo, si tuvieron un accidente de coche, en vez de dar gracias por haber sobrevivido y tener relativamente pocas heridas, se enfocaban en la idea de que los habían golpeado. Es un ejemplo perfecto del vaso medio vacío *versus* el vaso medio lleno.

Como he trabajado con mucha gente que piensa así, he llegado a ver algunas maldiciones como producto de la imaginación de las personas. Otros clientes parecen estar afectados por fuerzas más oscuras. La conclusión es que, existan o no tales maleficios, siempre y cuando alguien crea que está maldecido, entonces lo está, y necesitará mi ayuda para eliminar ese bloqueo usando el poder de la mente.

Aun así, como este es un libro sobre historia ancestral, muchas de las personas maldecidas con las que he trabajado creían, en efecto, estar bajo la influencia de algún mal de ojo heredado de algún antepasado. En muchas ocasiones, por desgracia, encontraba que un familiar bien intencionado empezaba a contarle al cliente sobre la maldición familiar cuando era niño y la idea de estar maldecidos permaneció en ellos hasta la adultez. Es entonces cuando se convierte en una especie de profecía.

Cuando las cosas no salen como quieren, pueden simplemente reconocer que se debe probablemente a la maldición familiar. En vez de sentirse empoderados por poder llevar a cabo un ritual o bendecir a quienquiera que hubieran ultrajado en el pasado, tienden a llevar la carga de la maldición con ellos hasta que acuden a mí y deciden que ya es suficiente y que desean cambiar. Es triste decirlo, pero mucha gente (yo incluida a veces) no hace el esfuerzo de cambiar a menos que las cosas se vuelvan manifiestamente dolorosas. Tal es el caso de muchos clientes en este capítulo.

Otra variación del fenómeno de estar maldecido ocurre cuando el alma está sometida a un juramento de una vida pasada. Tu alma puede comprometerse o hacer declaraciones en vidas pasadas que a veces llegan hasta tu vida actual y van en contra de lo que en realidad quieres para ti.

Por ejemplo, si hace miles de años juraste no volver a amar, puede que te encuentres en una posición en la que eres incapaz de hacer durar una relación

en tu vida actual. Si tu alma dijo: «Nunca abandonaré mi país», entonces puede que lo pases mal al viajar. Los juramentos toman todo tipo de formas y siembran el caos en la vida de las personas porque crean un conflicto irresoluble entre lo que crees que quieres experimentar conscientemente y lo que realmente puedes vivir. Identifica y revoca el juramento y sigue viviendo una vida más feliz.

La idea de que prometemos cosas antes de llegar aquí es algo en lo que creo con todo mi corazón. El problema es que, a menudo, no reconocemos conscientemente lo que hemos prometido, así que parte del trabajo interior y del viaje debería dedicarse a descubrir qué cosas son para poder decidir si siguen sirviendo a nuestros propósitos o no. Sí que accedemos a experimentar ciertas cosas durante nuestro viaje por la Tierra para aprender lecciones.

Necesitamos esas lecciones para que nuestra alma crezca, y una vez que ciertas experiencias han sucedido, podemos decidir si dejarlas ir y continuar viviendo de un modo nuevo y más empoderado. Si hemos tomado decisiones que ya no aportan nada al propósito o la misión de nuestra vida actual, entonces la regresión puede ofrecer esa transformación duradera y proveer a las personas del apoyo y el armazón necesario para eliminar esos impedimentos de una vez por todas. Dicho esto, empecemos a ver algunos casos interesantes relacionados con las maldiciones.

El tímido Eugene sufría un mal de ojo El tímido Eugene se sentía mejor y más feliz cuando podía trabajar solo. Como ingeniero que era, contaba con un gran trabajo y anonimato, que es lo que siempre ha creído que quería, pero a un nivel más profundo, su alma estaba en conflicto porque él deseaba poder ser más sociable y tener una relación feliz. Tras haber trabajado en sí mismo y no haber hallado la resolución deseada, Eugene vino a verme para una regresión.

«Llevo años yendo a terapia», admitió. «He intentado averiguar qué me está reteniendo y evitando que lleve una vida normal y tenga relaciones normales con la gente, pero nada parece funcionar».

Al principio presupuse que Eugene sufría problemas de autoestima o necesitaba un empuje de confianza. Tras entrevistarlo en más profundidad, me di cuenta de que sus problemas iban más allá del típico caso de ansiedad social.

«Me paralizo. Me siento en la oficina solo y hago mi trabajo. Oigo a mis colegas hablar, reír y bromear y yo quiero participar, pero es como si no supiera cómo. Hay algo dentro de mi cabeza que me previene de relacionarme, y si no soy capaz de hablar con la gente del trabajo, ¿cómo voy a empezar una relación? Es imposible. Es como si una voz interior me estuviera gritando, burlándose de mí».

Cuando oigo cosas así, a menudo presupongo que, en algún momento del pasado de esa persona, un padre o una madre, o alguna otra figura de autoridad, les gritó que no eran buenos y, por desgracia, esa voz interior de su cabeza a menudo se trata de un progenitor. Si el cliente se pone en contacto con ese progenitor o crítico y silencia la voz amonestadora, entonces ocurre la mejoría. Hice que Eugene sanara a sus padres, ya que ambos habían fallecido. Durante ese encuentro, se imaginó que ambos venían a verlo y le decían todo lo que se les había quedado en el tintero. Enseguida me di cuenta de que sus padres parecían cariñosos y encantadores, aunque dóciles y tímidos como su hijo. No vi nada que me hiciera pensar que fuesen la raíz del problema. No mucho después, cuando Eugene me explicó más detalles sobre la voz que oía en la cabeza, caí en que había algo más detrás: «La voz no es de mis padres. Quienquiera que sea, no puedo hacerla desaparecer por mucho que le diga que se vaya. Tuve un sueño donde oía una voz de hombre decirme que me perseguiría hasta el final de mis días. Me desperté sudando. No quiero que eso ocurra, pero estoy empezando a creer que podría ser verdad. Esta es mi última baza para intentar detener esta cosa».

En cuanto oí mencionar a Eugene la voz de su sueño, me di cuenta de que necesitaba levantar una maldición o un juramento pasado. Aunque esa maldición fuese real o imaginaria, los efectos que esta tenía en su vida y en su felicidad eran evidentes. Como ya estábamos hablando con sus padres, le dije que les preguntara a los dos si había algo en todo su árbol genealógico que necesitara sanación. El padre de Eugene dio un paso hacia adelante y admitió que había algo bien enterrado en el pasado que necesitaba solución.

Eugene viajó con su padre y guía espiritual a través del pasado hacia el origen del problema:

SK: Ve allí, ya. ¿Dónde estás?

Eugene: **En Israel.**

SK: Muy bien. ¿Quién está ahí? Qué está sucediendo?

Eugene: **Hay dos hombres. Uno es mayor y le está gritando al más joven.**

SK: ¿Qué relación tienes con esos hombres?

Eugene: **El más joven es un antepasado. El hombre mayor lo está golpeando por intentar cortejar a su hija. El mayor está furioso. No son de la misma religión y el hombre mayor piensa que mi antepasado ha echado a perder a su hija. Le prohíbe volver a verla y le echa a mi antepasado un mal de ojo. Lo oigo gritar y decirle que lo perseguirá hasta el final de sus días y que nunca tendrá una relación feliz.**

SK: Mientras sientes la energía del hombre que está gritando, ¿suena como la voz de tu sueño?

Eugene: **Sí.**

SK: Muy bien. Avanza en el tiempo y sé testigo de cómo esta situación, este mal de ojo, afectó a tu antepasado.

Eugene: **Intenta hacer que la chica huya con él. Le dice que la ama, pero ella no le escucha. Le hace caso a su padre, así que él no tiene más remedio que marcharse. Está desconsolado.**

SK: ¿Y qué pasa entonces?

Eugene: **Él se casa, por supuesto, que es como nuestra familia empieza, pero no es feliz. Pasan por muchas penurias y solo consiguen tener un hijo que sobrevive. Se le han muerto varios hijos y la familia es muy pobre.**

SK: ¿Cómo ha afectado esta situación a tu familia a lo largo de las generaciones?

Eugene: **Veo que las relaciones nunca son buenas. Mis bisabuelos murieron antes de que yo naciera, pero entiendo que no eran felices. Mis abuelos eran desgraciados, y mis padres también. Mi padre lidiaba con su infelicidad centrándose en sí mismo. Mis padres tuvieron dos hijos: a mi hermana y a mí. Mi padre lo pasó mal, igual que todos los hombres en ese lado de la familia. Eran inteligentes, pero todos tenían problemas económicos. En ese aspecto, a mí me va mejor que a cualquier otro de la familia. Mi hermana tampoco está mal, pero por su marido. Se casó con un buen tipo y esto no parece afectarle porque solo les pasa a los hombres.**

SK: Imagina que puedes rebobinar y volver al momento en que este hombre le lanzó a tu antepasado el mal de ojo. Ve allí, ya, al momento en que viste que golpeaban a tu antepasado y le decían que sufriría. Imagina que tu antepasado puede disculparse de todo corazón al hombre por el daño causado. Tómate tu tiempo. Dime qué está sucediendo.

Eugene: **No acepta la disculpa. Dice que él ha echado a perder a su hija.**

SK: Muy bien. Aunque él no perdone a tu antepasado, fíjate en el hilo de luz que los une. Permite que tu guía espiritual corte ese lazo y arroje luz curativa sobre todos los acontecimientos entre ese momento y el día actual. Dime si te sientes mejor.

Eugene: **Sí, estoy mejor.**

SK: Bien. Ahora imagina que puedes rebobinar en el tiempo hasta el momento en que tu antepasado conoció a la hija del hombre. Ve allí, ya. Fíjate en cómo se conocen.

Eugene: **En la escuela. Él la ve y se sonríen. Se hacen amigos y, a raíz de ahí, la cosa se vuelve más seria.**

SK: ¿Ella también lo amaba a él?

Eugene: **Sí, mucho.**

SK: Imagina que puedes regresar a ese momento exacto en que se vieron. ¿Quién vio a quién primero?

Eugene: **Él la vio a ella.**

SK: Bien. Imagina que puedes rehacer el curso de la historia. Fíjate ahora en que ella podría o no pasar por allí, pero haz que tu antepasado haga otra cosa para que no la vea. Imagina que está leyendo un libro o hablando con amigos. Cualquier otra cosa. Dime qué sucede.

Eugene: **Vale. Sigue fuera, pero está mirando en otra dirección, hacia los árboles. Ella ha pasado por allí, pero él no la ha visto.**

SK: Bien. Ahora álzate y vuela por el tiempo. Arroja una luz curativa por todo el curso de la historia, liberando todas las energías relacionadas con este mal de ojo para que deje de existir. Todos los momentos a lo largo de tu historia familiar entre ese instante y el ahora están cambiando y transformándose a raíz de esta luz curativa. Ahora regresa hasta el presente. Fíjate en que tu padre está más ligero y feliz que antes y permite que esa luz penetre en cada célula de tu ser. Dime si te sientes mejor.

Eugene: **Sí, mucho.**

Una de las formas principales para sanar cualquier vida ancestral es simplemente arrojar luz curativa sobre la situación, pero en el caso de una maldición, si la otra persona no acepta una disculpa o compensación por el daño causado, la otra estrategia es rebobinar en el tiempo y reescribir los sucesos. El proceso me recuerda a la premisa de ciencia ficción en la que viajas en el tiempo y te das cuenta de que, si tu abuelo nunca hubiera nacido, entonces tú jamás habrías existido.

En vez de eliminar de golpe todos los recuerdos ancestrales, el modo de resolver este tipo de problema es arrojar esa luz sobre toda la dinastía familiar antes de que el suceso ocurriera. En el caso de Eugene, el proceso funcionó bien. La siguiente vez que lo vi, iba caminando de la mano con su novia por una expo. Se lo veía verdaderamente feliz, así que espero que esa felicidad perdurara. Dar forma al pasado para permitir que el futuro que queremos suceda puede marcar muchísimo la diferencia.

El lunar de Luna resultó ser más que algo físico
Los lunares en la cara, particularmente en el caso de las mujeres, se consideran exóticos, bonitos y en algunas culturas tales como la china o la india hasta son símbolos de buena suerte.[6] La suerte de Luna no había sido tal cuando vino a verme. Ella sufría de episodios periódicos de depresión y quería llegar hasta el origen de la profunda tristeza que había arrastrado con ella a un nivel más leve desde su infancia.

«Nunca me ha gustado mi aspecto», me dijo. «Peso más que cualquier otro en mi familia. No tengo ningún rasgo distintivo más que este». Se señaló el lunar.

Su comentario me picó la curiosidad, porque en la investigación de vidas pasadas, las marcas en la piel a menudo son cicatrices de heridas que han sufrido nuestras encarnaciones pasadas. Le pregunté si alguna vez se lo había planteado y le dije que me encantaría encontrar el origen de ese lunar, si es que lo tenía, para ver si ese era un buen lugar por donde empezar.

«La gente siempre ha hecho comentarios sobre mi lunar», dijo. «Oí que podrían ser fruto de vidas pasadas, así que sí, estaría dispuesta a ver si es eso lo que está causando cualquiera de mis problemas».

La guiamos a través de sus vidas pasadas con la ayuda de su guía espiritual, pero no hubo indicación alguna de que su lunar desempeñara un papel importante en los problemas de su vida actual. Sí que descubrió una vida dolorosa donde el hambre y la inanición nunca se alejaban mucho de su mente:

SK: ¿Qué año es? Dime lo primero que te venga a la mente.

Luna: **Los años veinte. Estoy en una granja en el sur de Estados Unidos.**

SK: ¿Qué está sucediendo?

Luna: **Somos pobres. Mi familia está labrando la tierra. Tienen muchos niños y yo soy una de las hijas medianas. No hay suficiente comida para**

todos, y tengo la sensación de tener que competir constantemente con los otros para poder comer o para recibir atención. Es muy triste.

SK: ¿Cómo afecta esa experiencia a tu vida actual?

Luna: **Sigo sintiendo como si no diera la talla, y creo que esa es la razón por la que no puedo perder los kilos que me sobran. Es como si me aferrara a ellos para no pasar hambre.**

SK: ¿Estás preparada para desprenderte de esa energía?

Luna: **Sí.**

Llevamos a cabo una sanación para aliviar el dolor del hambre, y Luna retrocedió hasta otra vida pasada donde experimentó una gran prosperidad.

SK: ¿Dónde estás ahora?

Luna: **En Italia. Me gustaría decir que en Roma.**

SK: ¿Cuándo?

Luna: **Allá por 1700.**

SK: ¿Qué está sucediendo?

Luna: **Llevo puesto un vestido largo de terciopelo. Muy caro. Estoy casada y mi marido y yo acabamos de bajarnos de un carruaje y entramos a alguna especie de fiesta.**

SK: Mientras sientes la energía de la gente que te rodea, ¿hay alguien ahí que conozcas de tu vida actual?

Luna: **No. Bueno, espera un segundo. Sí. Veo a mi jefe en la fiesta. Es un mercader rico o algo así. (Se ríe) Es un esnob, igual que ya lo fue en el pasado.**

SK: ¿Cómo te sientes allí siendo una mujer pudiente?

Luna: **No tengo problemas ni sufro físicamente, pero sí que noto esa sensación de cuando se tiene mucho dinero y la gente solo te quiere por lo que puedas hacer por ellos y no por cómo eres**

verdaderamente por dentro. Tengo un buen marido que me trata bien, pero no muchas amigas. Bueno, sí tengo amigas, pero no de verdad. Aunque debería estar feliz, por dentro no lo soy.

SK: ¿Es este el origen de tu actual depresión?

Luna: **En parte sí, pero no toda.**

Luna no pudo citar ningún otro suceso anterior en sus propias vidas pasadas que tuviera relación con la tristeza que sentía, lo cual me pareció extraño. También le pedí que se mirara en espejos, pero no vio ninguna lesión facial, ni tampoco describió ningún lunar en los rostros de sus yo anteriores.

En general, la sesión resultó reveladora en lo referente a ciertos aspectos de su personalidad y a la hora de hallar esa energía positiva a la que aferrarse para poder obtener la felicidad en el futuro, pero todavía sentía que no habíamos logrado el verdadero propósito de este viaje: llegar al origen de su depresión.

Cuando volví a guiarla a su lugar seguro, antes de traerla de nuevo a la consciencia plena, decidí que merecería la pena intentar ver si salía algo inusual o útil en su árbol genealógico. Sus padres aparecieron con ella en aquella sala y la forma superior de su padre le dijo que hacía falta sanar algo en su rama de la familia.

Viajamos por el árbol genealógico de su padre, por el lado paterno, y lo que descubrimos me sorprendió:

SK: ¿Dónde estás?

Luna: **En Chicago. Los años cuarenta. Estoy en la calle y hay un montón de gente chillando. Es el caos. Han disparado a alguien en la cabeza. Están intentando llamar a la policía para que venga a echar un vistazo, pero no pueden abrirse paso entre la marabunta.**

SK: ¿A quién?

Luna: **A mi abuelo, varias generaciones atrás.**

SK: ¿Quién le disparó y por qué?

Luna: **Se me viene a la cabeza la mafia. Mi abuelo estaba mezclado en cosas que no debería, y ahora**

ya no está.

SK: ¿Y cómo ha afectado esto a tu familia?

Luna: **Sus hijos crecieron sin padre. Luego, cuando mi padre era niño, dispararon y mataron a su padre en un robo en la tienda de comida para llevar de su familia. Mi padre creció sin padre. A él también le dispararon, hace años, y lo golpearon en el brazo, pero sobrevivió. Y una vez, estando yo en una tienda, también intentaron robarnos. Por suerte, yo me escondí detrás de unos aperitivos y tuve la suerte de salir ilesa de allí.**

Claramente existía un patrón y tenía que averiguar desde hacía cuánto.

SK: Mientras sientes la energía de tu abuelo y los sucesos que rodean su muerte, ¿es ese el origen de tus problemas y tu tristeza en tu vida actual?

Luna: **No.**

SK: Imagina que puedes viajar más atrás en el árbol genealógico de tu familia hasta el verdadero origen. Ve allí, ya. ¿Dónde estás?

Luna: **En Sicilia. Muy atrás. Alrededor de 1800.**

SK: Muy bien. ¿Quién está allí y qué está sucediendo?

Luna: **Un hombre. Un abuelo de hace muchas generaciones, antes de que mi familia emigrara a América. Tiene problemas con la gente que está al mando. Se rebela en su contra. Ellos están muy cabreados y le han dicho que no puede salir. Uno de ellos está a punto de matar a mi abuelo, así que mi abuelo lo mata antes a él. Por aquel entonces es joven. Un crío. Lo veo de pie sobre el cuerpo, temblando. El hombre está sangrando y muriéndose, entonces maldice a mi abuelo diciéndole que toda su familia morirá por lo que**

ha hecho. Ha traicionado a su gente, y le está gritando y diciéndole que él y su familia, y la familia de su familia, lo pagarán para siempre.

SK: Avanza hasta el último día de su vida y fíjate en cómo se convierte en espíritu.

Luna: **Le han disparado en la cara. Aquí (se señala el lunar). Es triste. Era joven y ha dejado sola a su familia. Se arrepiente de muchas cosas, pero quería salir y se enteró por las malas de que aquello no era posible.**

SK: ¿Tu alma eligió manifestar el lunar en tu vida actual debido a esto?

Luna: **Sí. Llevo esa energía conmigo. El lunar es un recordatorio.**

SK: ¿Te parecería bien soltar ahora esa energía del pasado?

Luna: **Me gustaría, sí. Pero no sé si podremos.**

SK: Imagina que puedes retroceder en el tiempo y traer a todos los antepasados involucrados en estos sucesos: tu padre, tu abuelo, tu tatarabuelo y todos los miembros de tu familia afectados por ese primer suceso. Permite que tu antepasado de Sicilia se disculpe con el hombre al que mató y fíjate si puede reparar el daño para todos vosotros. Deja que tengan una conversación.

Luna: **Mi antepasado le está diciendo que lo siente y que no tendría que haberse visto envuelto en esos negocios para empezar, pero que era pobre y que esta familia fue amable con él. Querían que matara a gente a cambio de sus favores. Mi antepasado no podía hacerlo. Ni siquiera tuvo intención de matar a ese hombre, pero tenía que sobrevivir. Se sintió fatal por ello, pero enseguida lo asesinaron por lo que hizo. No era su intención traicionar a nadie, y mucho menos que su futura familia sufriese. A principios del siglo xx la familia seguía teniendo líos con la mafia. Eso me lo**

contaron mis padres. Nuestra familia por fin emigró de Chicago para poder labrarse una nueva vida en otro lugar, pero parece que los problemas los persiguen allá donde van. Todos queremos estar en paz y ser felices. Ya está.

SK: ¿Es esta la fuente de tu tristeza?

Luna: **Sí. Es como si sintiera la tristeza y el arrepentimiento de este antepasado. Él se los legó a todos, junto con la maldición. Dice que lo siente y ahora se está disculpando con nosotros.**

SK: Permite que todos mantengan una conversación, perdonen y liberen esa energía. Fíjate si el hombre a quien tu ancestro supuestamente traicionó estaría dispuesto a perdonarlo ahora. Tómate tu tiempo. Dime qué está sucediendo y cuando hayas terminado.

Luna: **Todos están debatiendo. No es algo tan fácil de perdonar. El hombre al que mató dice que sabía que mi abuelo era ingenuo.**

SK: ¿Entonces se responsabiliza en parte de lo que tu antepasado le hizo?

Luna: **Sí. No lamenta lo que hizo. Dice que, aunque por aquel entonces estaba enfadado, siente que ya ha pasado suficiente tiempo. Ya puede pasar página y perdonar.**

SK: Imagina que arrojas a tu antepasado y al hombre a quien disparó a la luz. Fíjate cómo pasan por completo a su forma espiritual en paz consigo mismos. Permite que cualquier tristeza que tus antepasados y tú hayáis acarreado desde entonces transmute en paz y amor.

Tras una sanación tediosa, Luna también descubrió otra dinámica interesante relacionada con sus lazos familiares:

SK: ¿Tu alma le prometió a alguien de tu familia estar con ellos en esta vida?

Luna: **(pensativa) Sí y no. Mi alma quería estar en Italia porque me encantaba estar allí, y siento que**

ahora no podría ir por alguna razón. Había cosas que esta familia podía enseñarme y me gustaban porque eran de Italia. Era como estar cerca pero sin vivir realmente allí, supongo.

Al reconocer que eligió formar parte de su familia en su vida actual, fueran cuales fuesen las razones, Luna fue recipiente de una sanación muy profunda. Viajó a través del tiempo, arrojando una luz y una energía curativas sobre todos los integrantes de su familia.

Me fascinaba el hecho de que su marca de nacimiento no fuese una consecuencia de sus propias vidas pasadas, sino que hubiese surgido de un suceso transgeneracional. Por supuesto, los rasgos físicos pueden heredarse durante generaciones, pero pensar que puedan ser producto de algo más que la genética me resulta increíble.

Al final de la sesión me dijo que se sentía mejor. Me topé con ella un tiempo después y me dijo que la sesión la había ayudado más que nada que hubiese intentado hasta entonces y que se sentía muchísimo mejor. También había planificado un viaje para ir por fin a Italia y ver el lugar que tanto amaba su alma tiempo atrás.

La familia biológica de Toby estaba maldita Toby tenía casi treinta años y acababa de terminar un máster cuando vino a someterse a una sesión. Me explicó que su familia era genial y que siempre había tenido más de lo que nunca hubiera necesitado en la vida.

«Mi vida no va mal, pero, aun así, siguen pasándome cosas malas. Sufro accidentes de tráfico. Pierdo los trabajos aunque mis jefes me dicen que les gusto. Suspendo exámenes en la universidad porque, no sé cómo, me he saltado una sección fundamental. Y podría seguir y seguir».

Aunque todos pasamos por épocas malas a veces, he averiguado que gran parte de nuestro éxito o fracaso en la vida depende de la actitud y la habilidad que tengamos de enfrentarnos a las dificultades. Toby parecía tener una familia bastante estable, pero ¿cómo podía saberlo con certeza? Era muy probable que fuese él mismo el que se pusiera las trabas, fuese consciente de ello o no. Al

final, compartió conmigo más información crucial sobre sus verdaderas creencias: «Se me ha olvidado mencionar que soy adoptado. No pienso mucho en ello. Nunca he intentado buscar a mi familia biológica ni nada. Tengo una buena vida y no quiero saber nada de las personas que evidentemente no me quisieron».

«¿Eso es lo que te han dicho?», le pregunté. «¿Que tus padres biológicos no te quisieron?».

«No», respondió Toby. «Pero ese debe de ser el caso, ¿no?».

Traté de animarlo alegando que la gente daba a sus hijos en adopción por multitud de razones y que en muchos casos era por el bien de los pequeños, cuando los padres no sienten que puedan cuidarlos ni ofrecerles un buen hogar.

Toby pareció agradecer ese comentario y entonces procedió a confesarme que sentía algo muy raro dentro. «Es como si estuviéramos malditos. Mi familia, me refiero. No la de ahora, sino mis padres de verdad. Hay algo que me hace pensar que tienen una maldición».

«¿Por qué piensas eso?», le pregunté.

«Mi hermano y hermana menores, los que nacieron de mis padres actuales, sacan sobresalientes y tienen muchos amigos. Siempre están ganando competiciones y destacan en todo lo que hacen, pero en mi caso, nada me sale bien, aunque a todos nos han criado prácticamente igual. Es como si tuviera una nube de tormenta sobre la cabeza que nunca se va, haga lo que haga. Es como si estuviera maldito».

Creer es fundamental para sanar. Creer que puedes mejorar es el primer paso hacia la transformación. Por otro lado, si al igual que Toby crees que estás maldito, es necesaria una enorme sanación para cambiar esa creencia e ir en la dirección correcta.

Más adelante en este libro, si eres adoptado, tendrás la oportunidad de embarcarte en un viaje para encontrarte con tus padres biológicos, los cuales quizás no conozcas. Para ayudar a Toby a seguir adelante y volver a ver la luz del sol, lo guie hacia un espacio donde pudo encontrarse con las formas superiores de sus padres biológicos y hablar las cosas con ellos. Llevamos a cabo una sanación en la que Toby pudo preguntarles por qué decidieron darlo en adopción:

SK: Imagina que puedes oír lo que te dicen.

Toby: **Mi madre biológica dice que fue idea suya**

porque su familia está maldita.

SK: ¿Por qué?

Toby: **Dice que su madre le dijo que estaban malditos y que a nadie de su familia le fueron bien las cosas. Pensó que, si me daban en adopción, yo podría tener alguna oportunidad en la vida. Mi padre tampoco estaba con ella y no le quedó mucha más opción.**

SK: ¿La perdonas?

Toby: **Sí.**

SK: ¿Hay algo en la vida de sus antepasados que necesite sanar ahora? Fíjate en si tu madre biológica responde que sí o que no.

Toby: **Sí.**

SK: ¿Puede llevarte ella al origen de esta maldición familiar para que puedas conseguir más información sobre ella y revertirla?

Toby: **Sí.**

SK: Retrocede a ese momento, al origen de esa maldición familiar. Ve allí, ya. ¿Dónde estás?

Toby: **En Francia.**

SK: Bien. ¿Qué está sucediendo?

Toby: **Veo a una mujer en una iglesia.**

SK: ¿Quién es?

Toby: **(después de un momento) No estoy seguro. Alguna antepasada muy lejana.**

SK: ¿Qué año es?

Toby: **1100.**

SK: Muy bien. ¿Qué está pasando?

Toby: **Ella ha robado un libro.**

SK: ¿Qué clase de libro?

Toby: **(pensativo) Uno muy valioso, lleno de textos**

sagrados y escrituras religiosas. El libro contiene una advertencia y dice que, si alguien lo coge, quedará maldito por siempre y morirá.

SK: ¿Por qué lo ha cogido ella?

Toby: **Su familia está enferma y se está muriendo. No puede leerlo. No sabe leer. Espera que las oraciones que hay en el libro ayuden a su familia a vivir, aunque ella no sabe qué pone.**

SK: ¿Sabe ella que está maldita?

Toby: **No, pero su mala suerte empieza justo después de que coja el libro.**

SK: ¿Como por ejemplo?

Toby: **Varios miembros de su familia mueren. Las pasa canutas para encontrar comida. Enferma y no muere, pero sufre y nunca se termina de recuperar del todo.**

SK: ¿Cómo ha afectado esto a tu familia biológica y a ti a lo largo de los siglos?

Toby: **Vamos tirando.**

SK: ¿Puede la mujer que robó el libro devolverlo? Imagina que lo hace. Fíjate en cómo vuelve a la iglesia y toca el libro, pero entonces toma una decisión distinta y lo deja donde estaba. Avísame cuando te hayas imaginado esta nueva realidad.

Toby: **Vale.**

SK: Ahora avanza en el tiempo y fíjate en qué cambia como resultado de esta nueva decisión. ¿Qué le ocurre a la familia de la mujer?

Toby: **Siguen estando enfermos y mueren.**

SK: ¿Antes de lo que lo habrían hecho si se hubiese llevado el libro?

Toby: **No.**

SK: ¿Y ella?

Toby: **Enferma igualmente y no está bien. No hay**

mucha diferencia en lo que pasa.

SK: Entonces, ¿por qué está influyendo eso en tu familia?

Toby: **Es interior. Ella se sintió mal por robarlo; hacer algo ilegal de algún modo la carcomió por dentro, su alma. Esa es la energía que pasó de generación en generación más que lo que aconteció en el mundo material.**

SK: Imagina que directamente no se lleva el libro. Fíjate en lo mucho más tranquila que está como resultado de esta nueva decisión y avísame cuando ese hecho penetre en cada célula de su ser, tranquilizándola más que en cualquier otro momento de su vida.

Toby: **Sí. Ha funcionado. Está más feliz ahora, en parte. Ahora ve que no puede salvar a nadie. Todos mueren, pero ella salva su propia alma. Ahora está en paz.**

Sanamos todo su árbol genealógico. Para cuando acabamos la sesión, Toby coincidió en que ahora sí que creía que se hubiera revocado la maldición. No he vuelto a saber de él, así que espero que su creciente sentimiento de paz persistiera. Esta ha sido otra situación en la que el antepasado necesitaba volver y tomar una decisión completamente distinta para poder sanar.

El alma es compleja y Toby aprendió que no siempre lo físico es tan importante como lo que afecta al alma y al espíritu. Conectar con sus padres biológicos también pareció arrojar sobre él una mayor sensación de paz y curación bastante notable. Y, al igual que a todos mis clientes, ¡le deseo todo lo mejor en el futuro!

El dedo torcido de Gregg tenía relación con su pasado Todos tenemos pequeños tics o manías que nos parecen únicos y que provocan una leve incomodidad, ya sea física o emocional, pero ¿alguna vez te has preguntado de dónde proceden? Los siguientes casos describen a clientes que retrocedieron en el tiempo para ayudar a aflojar los lazos que les unían a los

sucesos de origen y, por ende, a su pasado ancestral. Durante una regresión a vidas pasadas, mi cliente Gregg mencionó muy por encima que tenía un dedo del pie torcido y que siempre le había causado molestias.

«Mi padre tiene el mismo problema, solo que su dedo está completamente hundido», explicó. «Me contó que su primo también lo tenía. Sus madres eran hermanas y todos los que tenemos un dedo torcido somos el primogénito de nuestra familia. Raro, ¿verdad? El mío ha mejorado a lo largo de los años gracias a la natación y a los estiramientos. A mi padre nunca le ha gustado hacer ejercicio, pero como he dicho, yo tengo suerte. Podría haber sido mucho peor».

Aunque esta no fuera la razón principal de su regresión, tomé nota e intenté descubrir la fuente de ese problema en las vidas anteriores de Gregg. Al no hallar nada, probé otro enfoque distinto, ya que tenía el presentimiento de que algo bueno saldría de allí:

SK: Imagina que flotas sobre todo el árbol genealógico de tu padre. Regresa al origen de esos dedos torcidos que han afectado a muchos en tu familia. Ve allí, ya, y dime qué está sucediendo.

Gregg: **Está naciendo un bebé. Es como si estuviere flotando sobre un nacimiento.**

SK: Muy bien. ¿Qué año es? Dime lo primero que se venga a la mente.

Gregg: **Muy atrás en el tiempo. Se me viene a la cabeza el siglo xiii.**

SK: ¿Dónde estás?

Gregg: **En algún lugar de Europa. Más cerca de Irlanda, diría.**

SK: ¿Qué está sucediendo? Imagina que puedes seguir visualizando lo que ocurre.

Gregg: **El bebé también es un primogénito. La familia al principio está contenta, pero cuando nace, se dan cuenta de que tiene el pie izquierdo**

deformado. El mismo que mi padre y yo, solo que, en este caso, en vez de ser solo un dedo, es todo el pie el que está torcido.

SK: ¿Y es un niño?

Gregg: **Sí. El padre del bebé quiere sacarlo fuera y dejarlo morir, pero su madre no lo va a permitir. Ella les suplica que la dejen quedárselo esa noche, y, mientras duermen, huye para salvarlo.**

SK: Avanza en el tiempo y cuéntame qué pasa a continuación.

Gregg: **Van a otra aldea donde nadie los conoce. Ella les cuenta que su marido murió. Cría al bebé, pero siempre lo mantiene cubierto para que nadie lo pueda ver.**

SK: ¿Por qué?

Gregg: **Son… diría que paganos, pero hay cristianos por allí que sospechan de sus creencias. Si le ven el pie al niño, pensarán que están malditos por el demonio, solo que no es cierto, así que la madre tiene que enseñarlo a ocultarse y a no hablarle nunca a nadie sobre su pie.**

SK: ¿Y qué pasa a continuación? Imagina que puedes observar la vida del chico.

Gregg: **Consigue engañarlos a todos, aunque camina con una ligera cojera. Nunca deja que nadie lo vea sin zapatos. Lleva una vida buena y medianamente normal, aunque los tiempos son duros. No se lo dice a su esposa hasta su noche de bodas, y se siente muy tímido y avergonzado. No obstante, a ella no le importa su pie. Ella lo ama.**

SK: Avanza hasta el último día de su vida. Ve allí, ya. Fíjate en cómo se convierte en espíritu.

Gregg: **Teniendo en cuenta las dificultades por las**

que pasó, vivió muchos años, tiene varios hijos y es bastante feliz. Aunque nunca regresó con su familia de verdad. No conoció a su padre, así que se aseguró de estar siempre apoyando a sus hijos.

SK: ¿Alguno de ellos también nació con ese problema en el pie?

Gregg: **Sí, el primogénito, que también fue un niño.**

SK: Muy bien. ¿Qué lecciones aprendió él de esa vida y cómo os afecta esa experiencia a ti y a tus antepasados?

Gregg: **Aprendió a mantener la boca cerrada y a encajar. Esto nos ha afectado a todos desde entonces, sobre todo cuando el primogénito es un niño. Está esa sensación de vergüenza por quiénes somos y también por nuestro aspecto, que va más allá de solo el pie. Eso parece algo recurrente en mi familia.**

SK: ¿Qué le ocurrió a su madre?

Gregg: **Se quedó en la aldea y se casó. Tuvo más hijos, pero siempre vivió con el miedo de que la pillaran. Tuvo que vivir una doble vida, mirando siempre por encima del hombro, siempre temerosa de que su primera pareja volviera, la encontrara y la matara. También sentía miedo por su hijo y por lo que la comunidad diría si alguien le viera el pie. Eso siempre la carcomió.**

SK: ¿Se arrepentía de haber decidido marcharse?

Gregg: **No. Su familia básicamente la obligó a casarse con el padre del bebé. Él era cruel y mucho mayor. Estricto y severo. La madre del bebé no habría llegado a vivir tanto de haberse quedado. Es probable que él la hubiese matado en algún momento dado por un ataque de ira, así que se marchó por pura supervivencia. Al final logró hallar la felicidad; bueno, no como la que tenemos**

ahora, pero ya sabe. Mejor que la que muchos esperarían tener, e hizo lo correcto al no dejar que mataran a su hijo.

SK: ¿Cómo se transmitió ese coraje a lo largo de toda la descendencia?

Gregg: **(pensativo) Veo que se transmitió, aunque el cómo… Es difícil describirlo con palabras. Pero sí, nos afectó a todos en el buen sentido. De eso estoy seguro.**

SK: Imagina que una luz curativa se proyecta desde arriba y baña a ese muchacho, al hombre en que se convierte, a su madre, a todos sus hijos y a todos los antepasados entre ese entonces y ahora. Permite que todos ellos sanen y avísame cuándo te sientas mejor.

Gregg: **(al cabo de un momento) Sí, ya.**

SK: Continúa proyectando esa luz curativa conforme sigues volviendo al presente. Permite que todos los sucesos entre aquel momento y ahora se transformen a la luz de esta nueva sanación. Imagina que envías esa luz y la fuerza y el coraje de la madre de ese niño a todos tus antepasados por parte de madre, a tu abuelo y a ti. Fíjate en el vínculo de energía que os une a todos con ese niño. Imagina que puedes cortarlo y que liberas a tus pies de ese recuerdo genético. Desplaza esa luz curativa a tu pie, realineando, sanando y transformando esa energía que ya no tienes que cargar como familia. ¿Preparado? Tres, dos, uno, córtalo ya. Permite que una luz blanca y pura transforme la energía y dime si te sientes mejor.

Gregg: **(al cabo de un momento) Sí, estoy mejor. Mucho mejor.**

SK: ¿Es ese el origen del problema del dedo torcido en tu familia?

Gregg: **No.**

SK: Regresa al suceso origen de este problema. Ve allí, ya. ¿Qué está sucediendo?

Gregg: **Estoy en la misma parte del mundo, en Irlanda. La familia está como peleándose con otra familia por un trozo de tierra. Nuestra familia cree**

que está justificado que se adueñen de ella, y como tienen más dinero en ese momento, lo hacen. Echan a los otros. Cuando el traspaso está completo, un miembro de la otra familia que se sentía menospreciado le dijo a mi antepasado, el hombre que se apropió de las tierras, que él bien podría tener fortuna y tierras, pero que toda su familia lo pagaría muy caro. Maldijo a la familia y dijo que estarían deformes y que vivirían poco y mal por lo que él había hecho.

SK: ¿Cómo afectó eso a tu antepasado?

Gregg: **Se cumplió. Veo que se casó y que su primogénito nació tan deforme que solo vivió unos pocos días. Algunos otros hijos también tenían alguna discapacidad. Él pudo tener dinero y tierras, pero su vida fue más dura y miserable que la de muchos otros.**

SK: Separa a este antepasado junto con la forma superior de la persona que maldijo a la familia. Imagina que tu antepasado puede disculparse y el otro hombre lo perdona. Avísame cuando termines.

Gregg: **Dice que podrá perdonar, pero nunca olvidar.**

SK: ¿Estaría dispuesto a levantar la maldición?

Gregg: **No sin una disculpa más sincera.**

SK: ¿Y tu antepasado puede dársela?

Gregg: **Están tratando de llegar a un acuerdo. El otro hombre dijo que se dio cuenta de que le fue mejor con una propiedad más pequeña. Ya no está enfadado, y levantará la maldición.**

SK: Permite que lo haga ya y pídele a tu ángel que arroje luz curativa sobre él, sobre tu antepasado y sobre todos a quienes les afectó esta situación.

Me quedé perpleja cuando Gregg completó todo el proceso de sanación

con respecto al dedo torcido, solo para decirle que esa no era realmente la fuente de sus dificultades. El alma es, efectivamente, como una cebolla; tiene tantísimas capas entre las que buscar respuestas. ¡Es fascinante! Incluso a día de hoy, me encantaría saber cómo consiguieron el dedo torcido muchos de los otros familiares de Gregg.

Gregg me contactó poco después para decirme que había continuado haciendo su rutina de ejercicio, pero que, desde la regresión y el proceso de sanación genético y familiar, se dio cuenta de que su dedo estaba más recto que nunca y que ahora le dolía menos. Parte de eso podría atribuirse a sus constantes cuidados y al ejercicio, pero ¿quién dice que la regresión y la luz curativa no influyeron? A mí me gusta creer que sí.

Marty consoló a un antepasado moribundo Marty estaba pasando por problemas laborales y vino a una sesión para ver si encontraba respuestas.

«Mi jefe y yo siempre chocamos», me contó. «No entiendo la dinámica y por qué las cosas son tan complicadas. Echo muchas horas, pero cuando termino un proyecto, él nunca da su aprobación y tiene ciertos patrones de comportamiento conmigo que no me parecen justos en comparación con cómo trata a los demás. Nadie de nuestro departamento trabaja tantas horas como yo. Nadie tiene que repetir informes constantemente como yo. Mi jefe nunca está contento con nada de lo que haga. La tensión es tan palpable que no sé si tenemos alguna especie de karma que solucionar o algo».

Aunque le pedí a Marty que visitara el suceso de origen relacionado con ese problema que tenía con su jefe y presupuse que sería en alguna vida anterior suya, él, sin embargo, viajó a una vida pasada en la que vio a un antepasado suyo que trabajaba en una corte real. No supo decirme qué fecha era, solo que su antepasado era músico real y que se pasaba horas y horas ensayando e intentando anticiparse a la naturaleza exigente de su rey, a lo que le pediría tocar o no.

SK: ¿Seguro que no es una vida anterior tuya?

Marty: **Sí, seguro. Es un antepasado.**

SK: ¿De parte de madre o padre?

Marty: **De mi padre.**

SK: Muy bien. ¿Qué sucede entonces con ese músico?

Marty: **Tuvo una vida dura. Siempre tenía que ir un paso por delante de todo para que su rey estuviera contento. Nunca se tuvo en cuenta a sí mismo, solo su supervivencia y cuidar de su familia.**

SK: Mientras sientes la energía de la gente de esa época, ¿hay alguien a quien conozcas en tu vida actual?

Marty: **Ese rey exigente y desagradecido es mi jefe. Suena extraño, pero conocía a mi antepasado y está haciéndome a mí lo mismo que a él.**

SK: ¿Cómo ha afectado esto a tu familia a lo largo de las generaciones?

Marty: **Veo que ha afectado a mi padre. Él lleva años padeciendo de la espalda. Siente mucho dolor y nada parece ayudar a aliviárselo. Mi abuelo también tuvo problemas, y mis tíos.**

El interesante caso de Marty se volvió incluso más cuando se dio cuenta de que a su antepasado lo había maldecido otra músico celosa:

SK: ¿Qué está sucediendo ahora?

Marty: **Mi antepasado ha terminado de tocar una canción. El rey está complacido. Le está mirando mal otra músico con deseos de ocupar su puesto en la corte. Lo arrincona fuera de los muros de palacio y le lanza unas hierbas a la cara. Jura que tendrá que partirse la espalda trabajando toda la vida y que toda su familia sufriría si no se marchaba por propia voluntad.**

SK: Avanza un poco. ¿Qué ocurrió?

Marty: **Se rio de ella y siguió con su vida. Entonces, más adelante, se cayó de un carruaje en un extraño accidente y se rompió la espalda. Lo veo**

en el suelo. Se está muriendo. Es raro, pero siento que estoy allí, como un observador invisible. Es como si pudiera consolarlo. Él está muy afectado: sabe que no va a poder llegar a ver a su familia. No sobrevivirá. Le estoy enviando energía.

SK: Muy bien. ¿Cómo ha afectado este suceso a tu familia?

Marty: **Todos nos hemos tenido que operar de la espalda. Todos mis hermanos, yo, mi padre, su padre y un par de tíos míos, por lo que recuerdo. Nos ha afectado a todos.**

Al principio de mi carrera, mientras estudiaba física cuántica, especulé con la idea de que, tal vez, nuestros supuestos guías espirituales podrían ser futuras versiones de nosotros volviendo en el tiempo, bien para advertirnos o para consolarnos. ¿Alguna vez te lo has planteado? Todos hemos sentido la presencia de una fuerza invisible que nos ha consolado durante tiempos difíciles. ¿Y si esa energía que nos ha consolado éramos, ni más ni menos, *nosotros* mismos? Suena increíble, ¿verdad? Es muy posible que nuestro yo del pasado y del futuro puedan ayudarnos. El tiempo, en el mejor de los casos, es ilusorio. ¿Y si tu futuro yo te ha salvado de dar un giro con el coche que habría desembocado en un accidente? ¿Y si otra versión de ti mismo te ha abrazado mientras llorabas? Es una idea muy interesante que tener en cuenta, y el caso de Marty me la recordó y me hizo pensar en por qué, de hecho, podría ser real.

Una vez Marty llevó a cabo el proceso de sanación sobre sus problemas de espalda y cortó el vínculo que lo unía a aquellos que habían sufrido en el pasado, se marchó de la sesión sintiéndose mejor. Lo vi un tiempo después, y había mejorado en lo referente a sus dolores de espalda. En cuanto al trabajo, me comentó que la relación con su jefe mejoró de forma considerable y que ya no lo hostigaba para que repitiera y replanteara todos los proyectos. La sanación pareció tener un efecto positivo en todos los implicados.

Emily se tomaba su educación muy en serio Emily era una de las personas más dulces que hubiera conocido nunca, pero pese a su alma cándida, tenía problemas muy profundos. Al criarse en un

hogar estricto y religioso en el Medio Oeste rural de los Estados Unidos, Emily creía con cada fibra de su ser que estaba maldita sin remedio. Recurrió a la espiritualidad con veintipocos años y, desde entonces, se abrió bastante a otras posibilidades distintas a lo que le habían enseñado desde siempre, pero hablando con ella me percaté de que esas creencias de su niñez estaban más arraigadas de lo que ella pudiera imaginarse.

Vino a verme por sus problemas económicos. Le gustaba el juego y recientemente había perdido el dinero que había estado ahorrando para comprarse un coche nuevo. Visitamos varias de sus vidas pasadas para llegar al origen de su relación insana con el dinero y, durante la sesión, algo bastante revelador salió a la luz.

«Tampoco puedo aspirar a nada mejor», me explicó. «Estoy maldita, y no hay nada que pueda hacer para solucionarlo».

Tenía que llegar al fondo de ese pensamiento tan limitador y esperaba, de alguna forma, ayudar a Emily a ver la realidad desde una perspectiva más empoderada. Esto es lo que sucedió:

SK: ¿Quién te dijo que estabas maldita? ¿Qué ocurrió para que pienses así?

Emily: **Está en la Biblia. Los pecados del padre son recurrentes en el hijo.**

SK: ¿Eso fue lo que te enseñaron?

Emily: **Mi padre era predicador y eso es lo que mi familia creía. Yo ya abandoné esas ideas y he intentado seguir con mi vida, pero haga lo que haga, no parece que pueda avanzar. Algo me está reteniendo y, cada vez que lo hace, recuerdo lo que él me solía decir: «No puedes hacer nada. Las cosas son como son».**

SK: Imagínate que puedes hacer aparecer la forma superior de tu padre frente a ti y que tú, tu padre y tu ángel podéis viajar atrás en el tiempo hasta el suceso en el que se originó la maldición. Ve allí, ya. ¿Cuándo

es?

Emily: **En la cuarta generación. Tal y como me dijo.**

SK: ¿A quién ves?

Emily: **A un hombre.**

SK: ¿Dónde y cuándo es?

Emily: **No muy lejos de mi ciudad natal, en el siglo xix.**

SK: Muy bien. ¿Qué está sucediendo?

Emily: **El hombre tiene esposa y varios hijos, pero bebe, va a la ciudad sin ellos y pierde todo su dinero.**

SK: Trae a su forma superior y habla con él. Pregúntale si estaría de acuerdo con que te desprendieras de esa energía y vivieras tu vida de forma que el dinero permaneciese contigo.

Emily: **No. Estoy acarreando su carga. Dice que lo siente, pero que no hay nada que él pueda hacer para ayudarme. Tiene una Biblia en la mano cuando me recuerda que no hay nada que pueda hacer.**

Nos pasamos el resto de la sesión tratando de arrojar luz curativa a varias situaciones y cortando vínculos entre su forma superior y cualquier energía indeseada del pasado. Hablé con Emily sobre cómo elegir nuevas posibilidades y, por mucho que lo intentara, ella insistía en sus creencias y en que no había manera de eludirlas. A veces eso ocurre. En psicología a eso lo llamamos ganancia secundaria. ¿Qué ganaba Emily viviendo con tales problemas financieros? Me las arreglé para descubrir un juramento que Emily había hecho en sus vidas pasadas y que desembocó en una respuesta:

SK: ¿Dónde estás? ¿Qué está sucediendo?

Emily: **En un monasterio en Francia. Soy monja.**

SK: Muy bien. ¿Qué año es?

Emily: **Es hace mucho. ¿En el siglo xiii?**

SK: Muy bien. ¿Qué está sucediendo?

Emily: **Oraciones y trabajo.**

SK: ¿Qué relación tiene esto con tu vida actual?

Emily: **No puedo poseer nada. He accedido a despojarme de todo.**

SK: ¿Despojarte de todo?

Emily: **Del dinero, de la ropa, las posesiones. Todo.**

Antes de empezar la sesión, Emily había mencionado que tenía problemas sentimentales.

SK: ¿Cómo afecta esta vida a tu vida actual y a tus relaciones?

Emily: **No puedo poseer nada, y mi única relación es con Dios. No hay lugar para nadie más. Hice un voto.**

SK: Muy bien. ¿Y ese voto era de pobreza? ¿De castidad?

Emily: **Ambos.**

SK: ¿Puede tu alma liberarse de esos votos que hiciste tan al principio del viaje para poder retener más dinero y, quizás, comenzar una relación en esta vida?

Emily: **No.**

SK: ¿Por qué no?

Emily: **No puedo.**

SK: ¿Quién dice que no puedes?

Emily: **Hice una promesa y tengo que cumplirla.**

SK: Imagina que puedes llamar a la forma superior de la monja que fuiste en el siglo XIII, junto con tu guía espiritual y tu propia forma superior. Permite que todos vosotros mantengáis una conversación sobre el propósito de tu vida pasada y de la actual, y mira a ver si podéis llegar a un acuerdo para poder liberarte de esa promesa que hiciste. Avísame cuando hayas terminado.

Emily: **(al cabo de un momento) Ya hemos**

terminado.

SK: Bien. ¿Estás libre de esa promesa?

Emily: **No.**

SK: ¿Entiendes que ya no vives en el siglo XIII y que ahora estás viviendo una vida distinta como Emily?

Emily: **Sí, pero yo elegí a mi familia.**

SK: No me cabe duda.

Emily: **No puedo.**

Al final, lo intenté lo mejor que supe, pero no creía que ella quisiera sanar realmente. Le deseé lo mejor, igual que a todos mis clientes, y nunca volví a saber nada más de ella.

En conclusión

Las maldiciones y los juramentos a menudo involucran problemas increíblemente complejos en lo más profundo de la mente subconsciente del cliente. Las capas y las complejidades de las creencias que mantienen a la gente anclada en el pasado a menudo pueden solventarse con una regresión a vidas pasadas o transgeneracional, pero no siempre.

Los medios tienden a presuponer que cualquiera que se someta a la hipnosis es víctima de un encantamiento y empieza a hacer todo tipo de cosas que normalmente no haría estando plenamente consciente. Esas ridículas parodias no son para nada ciertas. En un estado de hipnosis, las ondas cerebrales son dominantes, la mejor frecuencia para aprender y para una mayor comprensión y control.

La gente hará lo que quiera hacer. Nadie puede anular el libre albedrío. Yo lo hago lo mejor que sé para ayudar a cada persona que conozco, para mostrarles el camino hacia un futuro más brillante. Al final, el libre albedrío es el que manda y el cliente elige el resultado que quiere recibir. Si no tienes manera de salir de un problema grave, hallar juramentos hechos en vidas pasadas puede resultar verdaderamente revelador y suele conducir a la solución y a las respuestas que buscas.

6. «Lucky Moles on Face», Your Chinese Astrology, consultado el 31 de agosto de 2019. [https://www.yourchineseastrology.com/face-reading/moles/lucky-moles.htm].

Parte 3
Viajes guiados

Ahora que has leído los casos prácticos, tendrás la oportunidad de experimentar algunos de estos procesos interesantes por ti mismo usando los ejercicios de imaginación guiada que se incluyen en esta siguiente parte del libro. No me cabe duda de que trabajar estos problemas con un profesional cualificado te resultará tremendamente útil. Cuando comenzó mi propio camino de sanación hace más de veinte años, mi primer avance a la hora de entenderme a mí misma ocurrió en una sesión privada con un especialista en regresiones a vidas pasadas.

Sin embargo, hay muchos ejercicios que puedes hacer tú solo. El material aportado en esta sección es bastante parecido a cómo trabajaría contigo en una sesión individual. La diferencia radica en que, cuando le consultas a un profesional, este puede ejercer de orientador con respecto a tus pensamientos y de espejo para ese camino de sanación. Aunque a algunas personas les resulta más útil trabajar con un profesional, creo que no es necesario para todo el mundo. Creo en la autoayuda y en mantener ciertas cosas en secreto. La opinión de la gente no es más importante que tu propia guía interna. Haciendo uso del libro por ti mismo, obtendrás el poder de mejorar tu vida.

La primera vez que hice una regresión a vidas pasadas no fui capaz de ver mucho. Esa es la otra razón de peso para usar el libro. Llevo años diciéndoles a los clientes que acceder a la información es parecido a ir al gimnasio. Se desarrolla una memoria muscular que se fortalece con el paso del tiempo, y los viajes abren la puerta a una comprensión superior dependiendo de lo que más te convenga en un momento determinado. Trabajar a solas desarrolla tu subconsciente, así que las sesiones privadas a las que decidas ir se convertirán

en algo mucho más informativo. Eso sí, todos somos distintos; sigue tu propio camino para ver qué es lo que más te conviene.

Puedes analizar los viajes y tratar de memorizarlos, o que un amigo en quien confíes te los lea. Te recomiendo encarecidamente descargarte una aplicación y que los grabes. A tu subconsciente le encanta oírte hablar, y en cuanto te grabes, los podrás tener al alcance de la mano y volverlos a escuchar siempre que quieras revisar una experiencia.

Los capítulos anteriores ofrecen casos prácticos que se han presentado desde mi punto de vista como guía personal de cada uno de mis clientes. Asimismo, le sacarás el máximo provecho a esta sección si grabas los viajes y crees que la voz grabada es un profesional de confianza que vela por tus intereses. Sobre todo, cuando te grabes, tendrás presente el mejor resultado. Fíjate en cualquier cosa que perciba tu imaginación. No te juzgues; sigue el rumbo de lo que aparezca y recuerda que todo es importante. El proceso de regresión puede resultar parecido a los sueños. A menudo, cuando sueñas, tu imaginación parece extraña y confusa, pero cada imagen representa algo importante, así que recuerda que con el viaje es igual. Confía en ti mismo y en el proceso. ¡Sé que lo vas a hacer genial!

También te recomiendo que encuentres un lugar cómodo en el que viajar y que lo uses siempre. Yo lo hago cuando medito. Voy a un lugar en concreto y, cuando estoy allí, la experiencia se vuelve cada vez más profunda por la energía de todas las veces que lo he usado. También tengo un sillón especial al que llamo «el sillón del trance». Lo uso siempre que hago una regresión con clientes, y a lo largo de los años ha desarrollado una vibración palpable que ayuda a cualquiera que se siente en él. Todos mis libros cuentan con ejercicios de autoayuda, y espero que con el tiempo cojas el ritmo de cómo funcionan los viajes. Trabajarlo en el mismo sitio ayuda.

Otro asunto que tener en cuenta es el hecho de que, para la mayoría, los problemas familiares y las dificultades son los obstáculos más comunes a los que nos enfrentamos a lo largo de nuestra vida. Creo que elegimos a nuestros padres antes de nacer para aprender ciertas lecciones en concreto y que nuestra alma se desarrolle. Seguro que piensas que a menudo las familias nos brindan cantidad de oportunidades para alargar los límites de nuestra paciencia y desarrollar un alma más fuerte.

Teniendo en mente eso, recuerda que durante el proceso trabajarás con la forma superior de tus padres: los aspectos más evolucionados de sus almas. Insisto, porque imagina que no te llevas bien con uno de tus padres en la vida

real. Quiero que reconozcas conscientemente que te reunirás con su alma, el aspecto superior de su mente, así que tómate esa experiencia sabiendo que su alma te quiere y busca lo mejor para ti; ojalá encuentres una sanación más profunda como resultado.

¿En qué se diferencian tus padres en la vida real de sus formas superiores? La forma superior es tranquila, neutral, te quiere de forma incondicional y forma parte del viaje del alma en tu vida actual por razones reales y significativas que contribuyen a que te sientas mejor, aunque las acciones no siempre lo demuestren. Casi siempre, los padres lo hacen lo mejor que saben. Puede que dados tus antecedentes no estés de acuerdo; me he dado cuenta de que, por mucho que lo intenten, es probable que los padres hayan dicho o hecho algo que haya hecho daño al niño que vive en cada uno de nosotros, así que algunos de los ejercicios se enfocarán en sanar esa parte de ti mismo. Con el tiempo, si se logra sanar y perdonar, avanzaremos mucho. Tómate tu tiempo y hazlo lo mejor que sepas. Los cambios no son de un día para otro, y no pasa nada.

Te darás cuenta de que algunos ejercicios requerirán que te reúnas con tus padres a la vez y después elegirás a uno con el que proseguir el viaje. Podrás repetir los ejercicios para realizarlos con el otro y así sanar y mejorar más aún.

Otro factor importante es que no importa que tus padres ya no vivan o que no los hayas conocido si fuiste adoptado, por ejemplo. Conectarás con su energía, aunque no sepas cómo son, y partirás de ahí. Habrá sanación igualmente.

Al principio, cuando trabajaba con clientes en sesiones individuales, hacía que se reuniesen con ambos y que eligieran a quién querían sanar, pero con el tiempo mejoré el proceso. Durante los dos capítulos siguientes irás a lugares en los que te reunirás con cada uno de tus padres y viajarás por sus líneas ancestrales. Quién sabe cuánto sanarás visitando ambas partes de la familia. Además, tendrás la oportunidad de preguntarle a tus padres si necesitan que sanes la línea paterna o materna. Empezaremos con la materna y en el capítulo siguiente proseguiremos con la paterna.

El viaje provoca cambios en la vida real. Si tus padres siguen vivos, tendrás la ocasión de ver lo útiles que son estos procesos y advertirás cambios sutiles en su energía a causa del esfuerzo que haces. No percibirás cosas muy grandes, pero sí que empezarás a notar un tipo de sosiego, como si sus almas emanaran aún más paz.

La vida no siempre resulta fácil, sobre todo respecto a las relaciones

personales. La gente tiende a hacerlo lo mejor que sabe. Si tus padres te han hecho daño, tal vez puedas usar esas experiencias para lograr comprender que, aunque no hay excusas para portarse mal, a veces la gente imita la forma en la que han crecido. Hemos visto algunos ejemplos de eso mismo en los casos prácticos. Para aprovechar las regresiones transgeneracionales lo máximo posible, lo mejor es que estés en un estado mental neutro. Sobre todo, hónrate a ti mismo, al proceso y al periodo de tiempo. ¡Sé amable contigo mismo! Te mereces lo mejor que puede ofrecer la vida, y espero que estos ejercicios te ayuden en ese camino.

5
Ejercicios para la sanación del lado materno

Este capítulo incluye varios viajes para sanar con tu madre que espero que te resulten útiles. Cada ejercicio se añade a los demás. Recuerda tener a mano tu diario o libreta para escribir la información importante mientras lleves a cabo el proceso. Conforme pasa el tiempo apuntarás otras cosas que te ayudarán.

Habla con tu madre

En este primer viaje visitarás a la forma superior de tu madre y obtendrás una nueva perspectiva, o tal vez una disculpa o explicación sobre situaciones preocupantes de tu pasado. Ojalá este proceso te ayude a sanar aquellos asuntos sin resolver para que puedas seguir avanzando. ¿Preparado?

EJERCICIO

Encuentra un lugar tranquilo para sentarte o tumbarte y en el que no te molesten. Cierra los ojos y empieza a respirar por la nariz, inhalando paz y curación y exhalando cualquier tensión que sientas. Muy bien.

Fíjate en el haz de luz blanca que baja desde tu coronilla por el cuello, hombros, brazos, columna y piernas y se va por las plantas de los pies. Imagina que la luz proviene de tu corazón y crea una preciosa bola que te rodea hasta un metro de distancia en todas direcciones. Siente la energía afectiva de la luz

protectora y ten presente que dentro de esta luz solo podrá estar lo que te siente mejor.

Imagina que hay una puerta delante de ti. Obsérvala, siéntela o fíjate que está ahí. Cuando cuente desde tres, la abrirás. ¿Preparado? Tres, dos, uno, abre la puerta y entra en una sala tranquila. Mira a tu alrededor. Fíjate bien y verás una puerta al otro lado de la sala. La puerta se está abriendo en este momento. Tu madre está cruzando la puerta. Imagina que es su forma superior o su alma, así que se muestra tranquila, sonriente y feliz por verte. Si falleció, fíjate que está en perfecto estado de salud y está de maravilla.

Deja que tu madre se acerque a ti para que ambos podáis mantener una conversación. De ser necesario, imagina que tu madre se disculpa por algún suceso del pasado. Tómate tu tiempo y escucha lo que tenga que decir.

(Se hace una pausa).

Cuando estés listo, comprueba si le puedes preguntar sobre lo que habéis venido a aprender juntos e intenta resolver por qué tuvieron que pasar los sucesos del pasado para que tu alma evolucione. ¿Lo entiendes ahora? ¿Puedes perdonar a tu madre y pasar página? Muy bien.

Aunque tengas una buena relación con tu madre, deja que te hable sobre vuestro viaje juntos y lo que vuestras almas han aprendido en esta vida. Siente el amor incondicional que tiene tu madre en este espacio, aunque esos sentimientos afectivos no queden patentes en el tiempo que has pasado en la Tierra.

Cuando estés listo, imagina que tu madre y tú os podéis abrazar. Si ha fallecido, deja que cada célula de tu cuerpo reconecte con ella como si no se hubiese ido. Siente que la pena desaparece. Si tu relación con ella fue más conflictiva, deja que el resentimiento que crearon sus acciones también desaparezca, y desplázate hacia un estado neutral y de aprecio incondicional. Tómate tu tiempo mientras la tensión abandona tu cuerpo y acepta sentirte afectuoso o neutral hacia tu madre. Muy bien

Hablad sobre cualquier otra cosa que necesitéis. Cuando estés listo, agradécele a tu madre que haya venido. Obsérvala irse caminando o flotando. Gírate y cruza la puerta por la que has llegado. Vuelve al punto de partida y fíjate que te sientes mucho más liviano que antes. Muy bien. Dentro de un momento contaré desde tres y volverás sintiéndote despierto, renovado y mejor que nunca. ¿Preparado? Tres; dos, anclado, centrado y equilibrado; y uno; ¡has vuelto!

• • • • •

¿Cómo te ha ido? ¿Qué has aprendido? ¿Te ha sorprendido? ¿Has solucionado algo o tienes que seguir trabajando en ello? A menudo el perdón es un propósito para toda la vida, así que, si no has cambiado del todo, ten presente que no importa y que puedes seguir trabajando en el proceso el tiempo que necesites.

Sana a tu yo infantil con tu madre

El siguiente viaje te ayudará a curar cualquier cosa que tu madre le haya dicho o hecho a tu yo infantil para que puedas crecer y pasar página. Tu yo infantil es la parte que recuerda cosas que te pasaron de pequeño. Todos tenemos uno, pero cuando somos adultos normalmente no lo percibimos, lo cual es una pena. A tu yo infantil le gusta jugar, descubrir y mostrar su alegría. Cuando lo reprendían en el pasado, ese dolor se quedaba apartado en el subconsciente y siguió estando ahí mientras crecíamos. El dolor suele resurgir cuando menos lo esperamos a través de detonantes que nos recuerdan de manera subconsciente lo que sucedió hace tiempo.

Este viaje te ayudará a identificar esos momentos para que puedas dejarlos ir y proseguir tu camino. Ten paciencia y deja que se te aparezca lo que sea necesario; ten presente que puede ser un proceso a múltiples niveles. Abrir tu mente y tu corazón a perdonar y a comprender a tu madre te ayudará más adelante, cuando intentemos viajar a la vida de tus antepasados por parte de madre.

EJERCICIO

Siéntate en alguna silla cómoda con los pies pegados al suelo y las manos en el regazo. Respira. Siente la energía tranquilizadora mientras inspiras por la nariz, exhalas por la boca y cierras los ojos. Fíjate que cada vez que respiras, te sientes más y más relajado.

Imagina un haz de luz que te baja por la coronilla. Deja que esa luz se desplace hacia tu frente, después hacia los ojos, nariz y mandíbula; hacia el cuello y los hombros, por los brazos, a lo largo de la columna y hacia las piernas y los pies.

La luz invade tu cuerpo y te rodea en una burbuja protectora. Flota en esa

burbuja sintiéndote seguro, a salvo. Muy bien. Mientras la luz te baña con su calidez, imagina que hay una puerta delante de ti. Obsérvala, siéntela o fíjate que está ahí. Abre la puerta y entra en una hermosa sala. Mira a tu alrededor y date cuenta de que es un lugar familiar donde estuviste de pequeño que te hace sentir seguro. Muy bien.

Mientras te sientes reconfortado por el ambiente familiar, imagina que tu madre flota hacia ti desde el otro lado de la sala. Imagina que es su forma superior y que puede que aparezca ante ti como la veías de pequeño.

Dale la bienvenida y fíjate si quiere disculparse por algo doloroso que te hizo o dijo en el pasado. Escúchala y deja que lo haga. Recuerda que una burbuja de luz te protege y estás protegido y a salvo. Puede que ahora recuerdes los detalles del suceso doloroso. ¿Cómo te sentiste por aquel entonces? Cuéntaselo a tu madre. Fíjate que te escucha y haz que luego se disculpe. Su forma superior quiere que sepas que no pretendía hacerte daño y que lo siente de verdad.

Si te cuesta aceptar sus disculpas, siempre puedes volver a este espacio más adelante, pero, por ahora, ¿te sientes un poco mejor con respecto a este incidente que no te gustó? Imagina que al menos te sientes un poco mejor y fíjate que tu madre se alegra. Desea sinceramente enmendar las cosas y quiere que sepas que en la realidad del alma te quiere mucho y ha accedido a formar parte de tu vida en esta ocasión por algo. Se alegra de haber tomado esa decisión. Está feliz contigo. Te quiere.

Deja que sus palabras te alivien. Siente la energía del perdón viajar por tu cuerpo, haciéndote sentir más liviano y alegre que antes. Si tienes que pedirle disculpas, adelante, hazlo. Imagina que ella también te perdona y también se vuelve más liviana y alegre. Buen trabajo.

Tómate tu tiempo para hablar de cualquier otra cosa que necesites. Si quieres, os podéis abrazar y terminar la conversación. Cuando estés listo, imagina que tu madre se va flotando y tú ya puedes volver caminando o flotando por la puerta por la que entraste. Dentro de un momento, cuando cuente desde tres, volverás y te sentirás despierto, renovado y mejor que antes. ¿Preparado? Tres, procesa la luz nueva esta noche para que mañana te sientas mejor que nunca; dos, anclado, centrado y equilibrado; y uno; ¡has vuelto!

• • • • •

¿Qué tal te ha ido? ¿De qué has hablado con tu madre? ¿Algo que recordabas? ¿Has podido perdonarla del todo o hay que seguir trabajando? ¿Te sientes

mucho más ligero ahora como resultado del viaje? Recuerda: sanar es un viaje, no un destino, así que continúa y ten presente que, con el tiempo, descubrirás más cosas.

Viaja por el linaje materno

Por fin hemos llegado al viaje que tantas ganas tenías de emprender. Este ejercicio te permitirá reunirte con tu madre para sanar su linaje. Recuerda que hablamos de la forma superior de tu madre, el aspecto más desarrollado de ella, así que se muestra neutral y cariñosa, y se convertirá en tu guía mientras ambos viajáis a un lugar en algún punto de su pasado ancestral que necesite sanación.

EJERCICIO

Siéntate en tu lugar cómodo, respira y relájate. Fíjate que la luz blanca baja por tu cabeza y fluye por tu cuello y hombros, tus brazos, tu corazón y tu estómago y baja hasta las piernas y luego los pies. Inspira en paz, sintiendo alivio y amor, y exhala las tensiones a la vez que permites que esa luz envuelva tu cuerpo. Ten presente que dentro de la luz te sientes a salvo, seguro. Muy bien.

Ahora fíjate en la puerta delante de ti, la misma que has visto antes. Ten presente que puedes verla, sentirla o saber que es la que has cruzado antes. Hazlo ya. Abre la puerta y da un paso hacia un espacio tranquilo. Tal vez sea el lugar donde has estado en otras ocasiones o uno nuevo. De todas formas, ten presente que aquí estarás seguro, a salvo, y en cuanto cruces esa puerta verás a tu madre delante de ti, esperándote, dándote la bienvenida. Salúdala. Recuerda que esta es su forma superior y que se alegra de que estés aquí. Imagina que tu madre necesita tu ayuda con algo muy importante. Quiere que ambos viajéis al pasado de vuestros antepasados para sanar el lugar que más lo necesita en este momento.

Imagina que le puedes preguntar a tu madre si vais a sanar su familia por parte de madre o padre. Espera a que te responda. Muy bien. Imagina que está bastante claro qué lado visitaréis hoy, y cuando te das cuenta, se crea una puerta detrás de tu madre que se está abriendo. Tu madre te toma de la mano y ambos atravesáis esa puerta hacia las nubes flotando. Estáis flotando a través del día de

hoy, y mientras miras hacia adelante, viajáis al pasado de vuestros antepasados por parte de quien tu madre te haya dicho, al suceso que más necesita sanarse en este momento. ¿Preparado? Empieza, moveos deprisa, más y más lejos en el pasado de tus antepasados. Cuando cuente hasta tres, llegaréis al suceso más importante. ¿Preparado? Uno, viajas en el tiempo; dos, más y más lejos, casi estás; y tres, has llegado. Imagina que tu madre y tú estáis rodeados de la misma burbuja curativa de luz, así que podéis bajar flotando con facilidad por las nubes hasta el suceso importante. Ve allí, ya. Fíjate en lo que está sucediendo.

¿Qué año es? Lo primero que se te pase por la cabeza. O puedes imaginar que tu madre te lo dice. ¿Quién forma parte de este suceso? ¿Qué relación tienes con esa persona? ¿Qué está pasando? ¿Por qué es ese suceso importante para tu familia? ¿Por qué necesita sanarlo?

Ve y manda energía curativa a todas las personas involucradas. Imagina que puedes pensar en sanarlos y que una luz brillante y curativa cae desde arriba y purifica estos sucesos, eliminando el miedo, el dolor y la turbación. Deja que la luz lo cubra todo hasta que sientas la energía sanada y neutral. Tómate todo el tiempo que necesites. Mientras esperas, imagina que puedes aprender más cosas de este periodo y cómo te afecta en la actualidad.

Una vez que la luz haya neutralizado la escena, imagina que tu madre y tú flotáis sobre esos eventos y de vuelta a la actualidad, pero solo cuando el periodo entre ese suceso y el presente se haya sanado y transformado gracias a tu energía y tu atención. Cuando cuente desde tres, volverás al presente. Tres, flota hacia la vida actual; dos, arroja una luz curativa que llegue a todos tus parientes desde ese momento hasta hoy; y uno, ¡has vuelto! Camina o flota hasta cruzar la puerta y volverás a estar con tu madre en el espacio tan precioso en el que empezaste.

Ahora charla con tu madre sobre cualquier cosa importante relacionada con esta sanación. Cuando estés listo, deja que tu madre te agradezca tu ayuda y fíjate que se va flotando o andando mientras tú te das la vuelta y cruzas la puerta por la que has llegado al lugar donde empezaste.

Dentro de un momento, cuando cuente desde cinco, volverás a estar consciente y te sentirás renovado, curado y mejor que antes. Cinco, anclado, centrado y equilibrado; cuatro, procesarás la sanación en tus sueños y mañana integrarás esta nueva energía; tres, irás con pies de plomo y seguro en cualquier actividad; dos, uno, ¡has vuelto!

• • • • •

¿Cómo ha ido? ¿Qué suceso has sido capaz de descubrir? ¿Has reconocido a tu antepasado por haber oído algo de él antes o te has sorprendido? ¿Cómo ha afectado el suceso del pasado a tu vida actual y las vidas de tus parientes? ¿Qué aspectos mejorarán como resultado de esta sanación? Toma nota y, si nunca has investigado tu genealogía, tal vez sea buen momento para aprender sobre las personas a las que has visitado hoy desde tu mente.

Explora vidas pasadas con tu madre

A continuación, viajarás a las vidas pasadas de tu madre, ya sea a un lugar en que os conocíais o a una de esas vidas que conllevaría un mayor bienestar no solo para ella misma, sino también para toda tu familia. Siempre que se transforma algo en nombre de alguien, las personas que interactúan con la persona recipiente se benefician de su energía nueva y liviana. En teoría, es bastante posible que conocieras a tu madre en una vida anterior, así que puede que eso también lo descubráis y, como resultado, se pueda establecer una nueva forma de ser. Descubrir una conexión más profunda con tu madre puede proveerte de más información para llegar a comprenderla mejor.

EJERCICIO

Encuentra un lugar cómodo en el que no te molesten y siéntate o túmbate antes de cerrar los ojos. Inspira en paz y exhala cualquier tensión que sientas. Muy bien.

Deja que la luz curativa suba por la tierra y a través de las plantas de tus pies. Siente que la luz se interna en tus piernas, sube por tu columna y te sana mientras se introduce en tus pulmones, corazón, cuello, hombros, brazos, manos y dedos, hasta tu mente.

Fíjate que esa luz se desborda y crea una coraza protectora que se extiende varios metros a tu alrededor. Ten presente que dentro de la coraza de luz estás a salvo, seguro, protegido.

Siente la energía calmante de la luz mientras empiezas a percibir ese umbral tan familiar. Camina o flota hasta la puerta, ábrela y entra en un espacio tranquilo donde verás que la forma superior de tu madre te está esperando. Fíjate en lo mucho que se alegra de verte. Toma su mano y ambos empezaréis a flotar. Subís

hasta las nubes, más alto todavía. Fíjate en que, cuanto más flotas, más relajado te sientes.

Imagina que tu madre y tú estáis tan alto en el cielo que, cuando bajáis la vista, veis que hay un haz de luz bajo vosotros. Observad esa luz y tened presente que representa el viaje del alma de tu madre: sus vidas pasadas. Dentro de un momento, tu madre y tú vais a dirigiros a un suceso muy importante en sus vidas pasadas que te brindará un mayor bienestar en este momento. Puede que vayáis a un momento en el que ya os conocíais, o un suceso de sus encarnaciones pasadas que más les esté afectando a ella, al resto de tu familia y, por lo tanto, también a tu presente. ¿Preparado? Flota hacia el pasado, retrocede más y más. Dentro de un momento, cuando cuente hasta tres, llegarás a ese suceso tan importante. ¿Preparado? Uno, dos y tres, has llegado. Ve allí, ya. Sobrevuela el momento e imagina que tu madre y tú podéis descender flotando y estar allí. Fíjate en lo que está sucediendo.

¿Qué año es? Di lo primero que se te pase por la cabeza o lo que te diga tu madre. ¿En qué parte del mundo estáis? Si está sola, avanza hasta un momento en el que haya gente. ¿Quién está allí? ¿Cómo le ha afectado ese momento a tu madre en el presente y por qué es tan importante? ¿Te ves a ti mismo allí? Si es así, ¿vuestra relación es igual que la de ahora? ¿En qué se diferencian? Fíjate bien y, cuando estés listo, recuerda que tu madre y tú estáis protegidos por una luz protectora. Avanza hasta el último día de esa vida que estáis visitando. Ve allí, ya. Fíjate cómo tu madre se transforma en espíritu e imagina que lo está haciendo ahora; que flota más y más alto hasta ese espacio tranquilo entre una vida y otra. Muy bien. Deja que todas las personas involucradas en esta sanación floten hasta vosotros. ¿Qué lecciones ha aprendido el alma? ¿Cómo os afecta a tu madre y a ti en el presente? ¿Qué habéis aprendido tu madre y tú juntos como almas? Tómate tu tiempo y recaba toda la información útil que puedas a través de la sanación y la comprensión. Muy bien.

Cuando estés listo, tu madre y tú flotaréis más y más alto hasta que volváis a estar por encima del haz de luz y os transportáis rápidamente de vuelta al presente. Ve allí, ya, flota al presente y empieza a descender a través de las nubes hasta regresar al espacio donde empezasteis.

Agradécele a tu madre que haya compartido esta información tan importante contigo. Observa que está más liviana que antes, más contenta. Muy bien. Tu madre te da las gracias y se aleja flotando. Tú te vuelves para regresar por la puerta por la que has entrado y regresas a donde empezaste. Cuando cuente desde cinco, volverás y te sentirás mejor que nunca. ¿Preparado? Cinco, anclado, centrado y equilibrado; cuatro, procesarás la sanación en tus sueños y mañana

integrarás esta nueva energía; tres, te sentirás seguro en cualquier actividad; dos, uno, ¡has vuelto!

• • • • •

¿Cómo ha ido? ¿Te has sorprendido? ¿Tu madre y tú estabais en la vida que habéis visitado o no? ¿Cómo ha ayudado esa experiencia a la vida que estás viviendo ahora? ¿Habéis sido capaces de descubrir el propósito de vuestra alma y la conexión entre ellas? Escribe lo que necesites. Puedes compartir esa información con tu madre o guardártela para ti. Hagas lo que hagas, ten presente que has experimentado una sanación profunda. Puede que también quieras repetir este viaje más adelante porque tal vez descubras más información para lograr un mayor bienestar en otro momento de tu vida, dependiendo de lo que te pase. Cada viaje te ayudará a desprenderte de una capa de sanación y autodescubrimiento que os beneficiarán a ti y a tu familia durante años. ¡Buen trabajo!

Sana tu vida presente con tu madre

Ahora que has podido descubrir el alma de tu madre más en profundidad, en este ejercicio volveremos al inicio para ver si eres capaz de ver a tu madre con otros ojos basándote en lo que ha experimentado su alma en el pasado. Este viaje te ayudará a sentir más compasión y empatía mientras tratas con tu madre en tu día a día. ¿Preparado?

EJERCICIO

Siéntate en tu lugar tranquilo, cierra los ojos y empieza a respirar hondo. Mientras respiras, encontrarás un momento de confort y curación e imaginarás una preciosa luz que recorre tu cuerpo, te rodea y te protege. Muy bien. Ahora fíjate en la puerta que has cruzado muchas otras veces. Ábrela y entra en la sala donde te reuniste con tu madre por primera vez.

Fíjate en que su forma superior aparece y se acerca a ti. Muy bien. Mírala bien e imagina que ahora eres capaz de ver la influencia de sus antepasados y

las experiencias de vidas anteriores en este momento. Deja que te diga lo que necesite contarte en este momento y, si le hace falta, que se disculpe por cualquier malentendido; quiere que sepas que lo hizo lo mejor que pudo en ese momento.

(Se hace una pausa).

Escúchala y fíjate si ahora que has entendido más cosas eres capaz de perdonarla. ¿Es posible? Si la respuesta es sí, ¡genial! Si no, ¿qué necesitas para dar con ese perdón? Imagina que proseguís con la conversación. Cuéntale lo que has aprendido y lo que has descubierto. ¿De qué manera vas a cambiar? ¿Y ella? Deja que te cuente todo aquello que necesites saber, pero, sobre todo, siente el amor que la forma superior de tu madre siente hacia ti a nivel espiritual. Tómate tu tiempo.

Cuando estés listo, imagina que tu madre se va flotando por la puerta por la que vino. Ten presente que podrás volver y reunirte con tu madre siempre que quieras hablar con su forma superior para seguir aprendiendo. Cuando estés preparado, date la vuelta y cruza la puerta para volver al lugar en el que empezaste. Cuando cuente desde tres, volverás al presente. ¿Preparado? Tres, dos, uno: anclado, centrado y equilibrado, todavía te rodea la luz protectora y cariñosa. ¡Has vuelto!

• • • • •

¿Cómo te ha ido? ¿Has podido recabar información que no sabías? ¿Cómo ha cambiado tu opinión sobre tu madre desde la primera vez que nos embarcamos en este viaje? ¿Qué has aprendido? Escribe en tu diario y ten presente que puedes reunirte con tu madre siempre que quieras para que te dé otra perspectiva y más información.

Viaja para reunirte con tu madre biológica

Si eres adoptado o no conoces a tus padres biológicos por alguna razón, este ejercicio te brindará una sanación profunda. Puede haber muchas razones por las que no creciste con tus padres biológicos. Últimamente es muy común encontrar a gente que ha nacido por gestación subrogada o gracias a un donante de óvulo o esperma, o cuyos padres murieron o fueron incapaces de

criar a sus hijos por algún motivo.

El único momento en el que esto supone un problema es si el niño crece preguntándose por qué o siente rencor por lo sucedido. Ser adoptado es un regalo del espíritu, y muchas personas adoptadas anhelan descubrir cosas sobre sus orígenes. A veces en la vida real no es posible. Si estás pasando por esa situación, viajar te ayudará a buscar la fuente de información espiritual para hallar curación y consuelo. Aunque nunca hayas visto a tu madre biológica en persona, en este ejercicio nos trasladaremos a un espacio donde podrás comunicarte a nivel energético con su forma superior para recibir sanación e información. En el próximo capítulo haremos lo mismo con tu padre biológico.

EJERCICIO

Siéntate en una silla cómoda con los pies en el suelo y las manos en el regazo. Cierra los ojos. Inspira hondo por la nariz y exhala cualquier tensión al respirar en paz, relajado y en búsqueda de curación.

Deja que un haz de luz blanca descienda desde tu coronilla. Imagina que esa luz se desplaza por tu frente, ojos, cuello y hombros; te baja por los brazos hasta los dedos. Sigue respirando en paz mientras esta luz cariñosa se dirige a tu corazón, pulmones y estómago y después a tus piernas, desciende hasta las rodillas y tobillos y llega hasta la planta de los pies. Muy bien.

Deja que la luz alivie cualquier tensión y fíjate que empieza a desbordarse desde tu corazón, creando una preciosa bola de luz dorada que te rodea hasta un metro en todas direcciones. Siente la calidez de esta luz cariñosa mientras continúas respirando y ten presente que solo puede penetrar al interior de la luz lo que te suponga un mayor bienestar.

Fíjate en la puerta frente a ti. Puede que sea la misma puerta que has cruzado otras veces o una nueva. Sea la que sea, fíjate en ella y ábrela. Entrarás a una hermosa sala. Siente la energía tranquila mientras miras en derredor. Deja que tu ángel o tu espíritu guía sanador te den la bienvenida. Siente el amor que te prodiga tu ángel y ten presente que hoy estará contigo para ayudarte en este viaje.

Ahora echa un vistazo a la sala o siente su energía. Fíjate en que hay una puerta al otro lado. Se está abriendo y tu madre biológica la cruza. Deja que entre caminando o flotando para saludarte y fíjate en que se trata de su forma superior, su alma. Puede que tengas una imagen de ella o que aparezca como

luz, pero, sea como sea, se trata de la mujer que te trajo al mundo.

Ve y habla con tu madre biológica. Cuéntale cómo te sientes sobre conocerla hoy. Puedes expresar tus sentimientos y pensamientos sobre conocerla y tomarte el tiempo que necesites.

(Se hace una pausa).

Cuando acabes, imagina que tu madre biológica puede esclarecer las circunstancias en torno a tu nacimiento y las posibles razones que haya tenido para no formar parte de tu vida desde entonces. Asimila lo que te diga. ¿Fue una donante de óvulo o un vientre de alquiler? ¿Falleció? Sea cual sea la razón, déjala que te lo explique. Imagina que eres capaz de aceptarlo y comprender que todo pasa por algo. Si le nace, puede que te pida perdón por haberte abandonado. Imagina que eres capaz de sentir la sinceridad de sus disculpas. Puede que ni hagan falta, ya que su forma superior te dice que lo hizo lo mejor que supo en la situación en la que estaba. Siente que llegas a un punto en el que estás en paz con la situación. Deja que tu ángel guía os transmita una luz cariñosa que se introduce en vosotros calmándoos y tranquilizándoos.

Si puedes, muestra que entiendes el pasado y aceptas lo sucedido. Imagina que eres consciente de que, en ese momento, aunque no parezca un acto de amor, tu madre biológica simplemente lo hizo lo mejor que supo. Imagina que puedes sentir empatía por su situación y, si te hace falta, perdónala.

Deja que tu madre biológica te cuente lo que quiera sobre sí misma, su familia o cualquier cosa que sienta que debes saber en este momento. Cuando acabe, dile lo que quieras. Tómate tu tiempo. Puede que también quieras contarle que tu vida es maravillosa y hables de la gente que te ha criado y que ha formado parte de tu vida.

Deja que tu ángel os siga mandando luz curativa y positiva. Siente el amor incondicional de tu ángel al tiempo que esta luz os inunda a ti y a tu madre, llevándose consigo arrepentimientos y tristeza y emanando paz, comprensión y aceptación. Muy bien.

Cuando estés listo, despídete de tu madre biológica. Ten presente que volveremos a verla más adelante. Agradécele haber venido hoy. Obsérvala caminar o flotar hacia la puerta y atravesarla y ten presente que podrás volver para saber más de ella. Por ahora, deséale que le vaya bien y fíjate en que ahora parece más ligera y feliz gracias a la sanación, así como que tú también te sientes más ligero. Buen trabajo.

Agradece a tu ángel que te haya ayudado hoy y obsérvalo irse flotando. Cuando estés listo, date la vuelta y vuelve por la puerta del principio. Dentro de un momento, cuando cuente desde cinco, volverás a la sala sintiéndote

despierto, renovado y mejor que antes.

Cinco, anclado, centrado y equilibrado; cuatro, continúa procesando la información en tus sueños esta noche para que por la mañana te sientas integrado en ella; tres, siéntete seguro en todo; dos; uno, ¡has vuelto!

• • • • •

¿Cómo te ha ido? ¿Te ha sorprendido tu madre biológica o algo que te haya dicho? Después visitaremos a los antepasados de tu madre, pero, por ahora, has establecido el primer contacto y eso es maravilloso. Espero que hayas sentido paz en este tema tan delicado. A veces la gente no sabe por qué los dieron en adopción, así que es posible que te hayas enterado de algunas cosas o hayas rellenado huecos de cosas que te habían dicho. De todas formas, espero que el viaje te haya brindado más aceptación.

Viaja para conocer a tu madre biológica antes de haber nacido

En este ejercicio tendrás la oportunidad de reunirte con tu madre biológica en el momento en que tomó la decisión de no poder criarte con el fin de sentirte en paz con esa decisión y ella y tú recibáis sanación.

EJERCICIO

Ve a tu sitio cómodo, siéntate y cierra los ojos. Inspira por la nariz y deja que el amor, la luz y la paz entren en tu cuerpo y tus pulmones mientras exhalas toda la tensión. Siente una luz calmante y blanca desde la coronilla, por todo tu cuerpo y que baja hasta los pies. Fíjate que la luz se desborda por tu corazón y crea una bola de luz que te rodea en todas direcciones. Ten presente que estás a salvo dentro de la luz, protegido, y que solo penetrará en ella lo que te suponga un mayor bienestar.

Fíjate en la puerta y crúzala. Verás que has vuelto a tu preciosa sala, donde tu ángel o espíritu guía vendrá para acompañarte. Siente el amor incondicional y la alta estima que te tiene tu ángel. Muy bien.

Mientras disfrutas de la sensación de paz y amor, fíjate que la puerta al otro lado de la sala se está abriendo y por ella aparece la forma superior de tu madre biológica. Se alegra mucho de verte y agradece que hayas venido a reunirte con ella para sanar. Si hace falta, retoma donde lo dejasteis la última vez y fíjate si necesita hablar de algo ahora. ¿Hace falta que la perdones por el pasado? ¿Quiere explicarte algo más de por qué no pudisteis estar juntos?

(Se hace una pausa).

¿Estás dispuesto a dejar a un lado el dolor para embarcarte en el viaje de hoy? ¿Podrás lograr sentir más paz sobre aquello que le preocupa y darte cuenta de que, circunstancias aparte, tu madre te quiere de verdad? A nivel espiritual, aunque no te lo parezca, ella lo hizo lo mejor que supo. Tal vez tomó la decisión por sí misma o las circunstancias, incluyendo factores externos u otras personas, la instaron a abandonarte. Imagina que espiritualmente se sintió destrozada al tener que perderte, pero quería lo mejor para ti. ¿Entiendes que te prodiga tanto amor como para hacer un sacrificio tan doloroso y que le ha alterado tanto su vida? Imagina que puedes dedicar un momento a sentir su lucha y deja que eso se transforme en una gran sensación de paz acerca del amor tan abnegado que siente por ti. Tómate tu tiempo y asimílalo en más profundidad que cuando te reuniste con ella previamente. Muy bien.

En cuanto hayas aceptado más lo sucedido y hayáis tenido tiempo para hablar, imagina que tu ángel se aproxima a vosotros y os dice que hoy ambos os embarcaréis en un viaje de descubrimiento para hallar eventos en el pasado de tu madre que precisan sanación. La luz que arrojes en estas situaciones os ayudará a ambos. ¿Preparado?

Fíjate en la puerta al otro lado de la sala e imagina que tu madre, tu ángel y tú camináis o flotáis hacia allí. Dentro de un momento contaré hasta tres, esa puerta se abrirá y los tres cruzaréis. Uno, dos y tres, abriendo la puerta. Ve allí, ya y fíjate que estás flotando en el espacio sobre un haz de luz. Esa luz representa la línea de la vida de tu madre biológica. Imagina que con la ayuda de tu ángel puedes regresar flotando a un momento importante de la vida de tu madre antes de que nacieras. ¿Preparado? Uno, regresas en el tiempo flotando; dos, retrocedes más y más; y tres, has llegado. Ve al suceso, ya. ¿cómo se siente tu madre? ¿A qué se está enfrentando? ¿Qué le pasa? Si eres adoptado y tuvo que abandonarte, fíjate en lo difícil que le resultó tomar esa decisión. Si donó un óvulo para que pudieras nacer, fíjate qué le parece tomar esa decisión. Si falleció después de dar a luz, imagina que puedes percibir lo feliz que estaba por tenerte, aunque perdió la vida. Si fue un vientre de alquiler, imagina que puedes llegar hasta sus pensamientos sobre el gran regalo que les hizo a tus padres adoptivos.

Pasara lo que pasase, fíjate bien. Deja que tu ángel transmita luz curativa a tu madre y a los sucesos relacionados con esta decisión. Siente la luz mientras esta se desplaza por el suceso, neutralizándolo y curando a todos. A continuación, fíjate en que esa sanación empieza a moverse por tu cuerpo, empieza por las suelas de los pies, sube por las piernas, la columna, hacia el cuello y los hombros y entra en tu mente. Siente el amor que tu madre te tuvo entonces y te tiene ahora. Muy bien.

Imagina que esa luz también se dirige a la forma superior de tu madre y se vuelve más ligera y feliz, mucho mejor que antes. Cuando todos hayan recibido la luz, fíjate en que os sentís más felices y ligeros que antes. ¡Muy bien! Ahora deja que tu ángel os acompañe de vuelta a la sala desde donde partisteis. Tres, avanzáis en el tiempo flotando; dos, continuaréis recibiendo esta luz esta noche para que por la mañana os sintáis rejuvenecidos y mejor que nunca; uno, cruzáis la puerta por donde entrasteis flotando. Ábrela y os encontraréis en el interior de la sala donde os reunisteis.

Agradece a tu madre que te haya acompañado hoy y hablad sobre lo que habéis visto. ¿Cómo te sientes ahora después de enterarte y comprender más cosas? Tómate tu tiempo y hablad de cualquier cosa que necesitéis. Después, tu madre se despedirá por el momento y cruzará la puerta por la que ha entrado flotando.

Agradece a tu ángel que te haya ayudado hoy y, cuando estés listo, despídete por ahora y observa que tu ángel se va flotando. Date la vuelta y camina o flota hasta cruzar la puerta y entrar a la sala donde empezaste. Sigues rodeado de esa bola de luz cariñosa, y cuando cuente desde tres, volverás a la sala. Tres, anclado, centrado y equilibrado; dos, esta noche procesarás la información que has adquirido para que mañana por la mañana integres esa nueva energía; uno, ¡has vuelto!

• • • • •

¿Cómo te ha ido? ¿Te sientes mejor sobre los sucesos pasados? ¿Has aprendido algo nuevo que te ayude con las situaciones actuales? ¡Pues eso espero!

Sana a los antepasados de tu madre biológica

Ahora que has conocido a tu madre biológica, en el siguiente viaje

profundizarás en su vida y viajarás al pasado de sus antepasados para sanar aquello que puede que forme parte de tu subconsciente. Fíjate en lo que te encuentres y recuerda que lo bueno de transmitir una luz curativa a estos antepasados lejanos y desconocidos es que tú también recibirás más amor, paz y alegría. ¿Preparado?

EJERCICIO

Vuelve a acomodarte en tu espacio tranquilo. Deja que la luz curativa, el amor y la alegría se desplacen por tus pulmones cada vez que respiras. Siéntela moviéndose por tu cuerpo desde la cabeza hasta los pies. Permite que te rodee y te proteja a sabiendas de que solo podrá atravesar esa luz aquello que te haga bien. Fíjate en la puerta frente a ti. Ábrela y vuelve a ese sitio tan seguro y precioso. Verás a tu ángel esperándote y percibirás el amor incondicional que siente por ti.

La puerta al otro lado se abre y por ella entra tu madre biológica. Se alegra de verte. Fíjate en que ahora te sientes de forma diferente con ella en comparación con cuando empezaste. ¡Habéis sanado tanto! Muy bien.

Tu ángel os ayudará a tu madre biológica y a ti hoy mientras os aventuráis en las vidas e historia de tus antepasados por parte de madre. Pregúntale si cree que el viaje resultaría más beneficioso de sanar a los antepasados de su madre o de su padre. Fíjate en lo primero que se te pase por la cabeza y, aunque pueda parecer que te lo estés inventando, cree en el viaje. Muy bien.

Siendo conscientes de esto, tu madre biológica, tu ángel y tú os dirigiréis a una puerta que vais a abrir ahora. Ten presente que mientras la cruzáis os encontraréis sobre un haz de luz que representa las experiencias pasadas de los antepasados de tu madre por parte de madre y padre, sea cual sea la que te dijo que había que ayudar.

Cuando cuente hasta tres, tu ángel os acompañará a tu madre biológica y a ti en la regresión en el tiempo hasta el suceso que más sanación necesite en este momento. ¿Preparado? Uno, flotas y viajas en el tiempo; dos, más y más atrás, casi estás; y tres, has llegado. Ve allí, ya. Imagina que puedes flotar sobre estos sucesos y fíjate en lo que está sucediendo.

¿Qué año es? El primero que se te pase por la cabeza. ¿Quién está allí? ¿Qué relación os une? Deja que el evento suceda ante ti. ¿Qué está pasando? ¿Por qué hay que sanar esta situación?

Deja que el ángel mande una luz curativa a todos los sucesos de esta época.

La luz se llevará consigo todo el dolor o energías indeseadas y serás testigo de cómo tus antepasados reciben esa luz curativa y se sentirán más neutrales que antes. Observa a tu madre biológica y fíjate en cómo afecta a su energía a la vez que empieza a aliviar tensiones y a sanar. Finalmente, siente la energía expandiéndose por tu cuerpo, relajándote y recibiendo la luz curativa. Muy bien.

Ahora imagina que tu madre biológica y tú flotáis sobre la época de este momento en la historia de tu familia y avanzáis en el tiempo hasta el día de hoy, pero siempre y cuando los sucesos entre el primero y hoy se hayan curado y realineado del todo. El ángel envía una luz curativa a tu familia y todos recibirán esta sanación a través del tiempo. Verás que has vuelto a la puerta donde empezaste, la cruzarás y volverás a tu espacio hermoso y seguro.

Agradece a tu madre que te haya brindado la oportunidad de ayudar al linaje familiar de esta manera. Habla o comenta con ella cualquier cosa que necesites y después obsérvala cruzar la puerta flotando una vez más, aunque esta vez notarás que está más liviana y alegre que antes. Así se sentirá con cada reunión. Y tú también te notarás más alegre y liviano, y mejor que nunca.

Agradece a tu ángel por ayudaros y pregúntale cualquier cosa que quieras aclarar. Cuando acabes, tu ángel se marchará flotando y tú te darás la vuelta y atravesarás la puerta desde la que empezaste. Estás anclado, centrado y equilibrado. Cuando cuente desde tres, volverás a la sala. Tres, anclado, centrado y equilibrado; dos, procesarás la información cuando sueñes y mañana por la mañana sentirás esa nueva energía integrada en ti; uno, ¡has vuelto!

• • • • •

¿Cómo ha ido? ¿Cómo te sientes? ¿Lo que has descubierto te ha sorprendido? Es probable que no conocieras a tus antepasados antes de este viaje, pero son almas importantes en tu vida. Al ayudarlos a sanar, estás aliviando tu propio camino y el de la gente de generaciones venideras. ¡Buen trabajo!

Vidas pasadas con tu madre adoptiva

Las personas de nuestro círculo son las mismas que hemos conocido en vidas anteriores. No cabe duda de que la mujer que te ha criado y tú compartís un vínculo muy importante. Independientemente de si te adoptó, o es una abuela

u otro pariente que te acogió de pequeño, tomar la decisión de criar a alguien es un regalo maravilloso. ¿Podría esa relación provenir de vuestras vidas anteriores? En este viaje regresaréis a vuestras vidas pasadas para ver qué conexiones encontráis. ¿Preparado?

EJERCICIO

Siéntate en tu espacio cómodo y cierra los ojos. Respira por la nariz y suelta el aire por la boca. Relájate. Muy bien. Ahora deja que una luz blanca y pura te bañe desde la coronilla, te relaja los ojos, la mandíbula, se traslada a tu cuello y hombros y te relaja más aún mientras se dirige por tus brazos y manos y baja por tu columna hacia las piernas y pies. La luz te rodea y protege. Siente la calidez de la luz cariñosa protegiéndote de toda influencia indeseada y ten presente que estás a salvo, protegido y seguro, siempre.

Abre la puerta y entra en esa habitación hermosa. Tu ángel te está esperando. Salúdalo y observa que la otra puerta se está abriendo y que tu madre adoptiva, o la mujer que te ha educado, se encamina hacia ti flotando. Fíjate en lo feliz que está de verte hoy. Siente el amor que te profesa. Imagina que ambos podéis tomar a tu ángel de las manos y empezáis a flotar. Subís más y más, atravesáis el techo de la sala y llegáis a las nubes. Ten presente que cuanto más alto flotáis, más relajado te sientes. Elévate más y más.

Imagina que habéis flotado tan alto que ves un rayo de sol debajo de ti, y te das cuenta de que estaréis flotando sobre el día de hoy. Ve allí, al día de hoy, ya, y fíjate en lo relajado que estás. Date la vuelta y mira en dirección a tu futuro. Ten presente lo feliz que parece. A continuación, vuélvete hacia el otro lado y observa tu pasado. Mientras lo observas, se vuelve más y más ligero y alegre. ¡Mucho!

Dentro de un momento, cuando cuente hasta tres, tu ángel, tu madre adoptiva y tú viajaréis en el tiempo hasta el suceso de origen, la primera vez que vuestras almas se vieron. ¿Preparado? Uno, flotáis deprisa; dos, más y más allá; y tres, habéis llegado. Rodeados de luz, imagina que podéis viajar flotando hasta ese momento. Fíjate en lo que está sucediendo. ¿En qué parte del mundo estás? ¿Qué año es? ¿Cómo te sientes? ¿Estás solo o con gente? Avanza hasta un suceso que te brinde información sobre tu conexión con ella. Ve allí, ya. ¿Qué está pasando? ¿Cómo afecta esto a tu relación en el presente? ¿Qué estáis aprendiendo el uno del otro? Tómate tu tiempo y ábrete a las respuestas y las aclaraciones.

Cuando estés listo, elévate más y más y regresa al presente. Observa que tu ángel está mandando amor y luz a los sucesos entre ese momento y hoy. Te volverás a ver flotando sobre este día. Pídele a tu ángel que te aclare lo que necesites y deja que os guíe a tu madre adoptiva y a ti por las nubes, descendiendo y regresando hasta que volváis a estar en tu sala especial y segura.

Agradece a tu madre que se haya reunido contigo hoy y obsérvala marcharse flotando. Dale las gracias a tu ángel e imagina que también se va flotando. Date la vuelta y cruza la puerta para volver a donde empezaste. Dentro de un momento, volverás a la sala sintiéndote despierto, renovado y mejor que nunca. Tres, anclado, centrado y equilibrado; dos, procesarás la información cuando sueñes y mañana por la mañana sentirás esa nueva energía integrada en ti; uno, ¡has vuelto!

• • • • •

¿Qué has visto? ¿De qué manera afectará a la relación y al agradecimiento que sientes hacia la mujer que te ha adoptado? ¿Entiendes mejor lo que os ha reunido en el presente? Si quieres descubrir más cosas sobre la conexión de tu madre y vuestras vidas pasadas, repite el proceso, solo que en esas ocasiones mantén la energía de tu madre adoptiva en mente.

Sanación ancestral para tu madre adoptiva

Me alegro de que hayamos podido indagar en las vidas pasadas de tu madre adoptiva y tuyas, pero, evidentemente, no podría escribir un libro sobre antepasados sin describir otra experiencia que ayude a tu madre adoptiva con los suyos. Seáis parientes o no, estás ligado a la mujer que te ha criado a nivel espiritual, sin importar las circunstancias. Ese vínculo es real, relevante, y cuanto más feliz y sana se sienta, mejor estará la gente a vuestro alrededor.

EJERCICIO

Encuentra tu espacio cómodo. Cierra los ojos. Te relajas en tu precioso espacio y

te preparas para embarcarte en otro viaje. Respira. Envía una preciosa luz blanca y brillante por todo tu cuerpo, desde la coronilla a los dedos de los pies. Relájate. Rodéate de luz y ten presente que siempre estás protegido. Muy bien. Cruza la puerta hacia tu sala. Ve allí, ya.

Tu ángel y tu madre adoptiva ya se encuentran allí, y ambos se alegran de que hayas llegado. Pregúntale a tu querida madre qué parte de su familia necesita sanar más en este momento, si la de su madre o la de su padre. Escucha lo que dice.

Dirígete con tu ángel y la forma superior de tu madre adoptiva a la puerta especial y ábrela. Fíjate que hay un rayo de luz brillante que representa las experiencias pasadas de los antepasados de tu madre adoptiva. Flotad sobre la energía de las generaciones pasadas de su familia hasta el suceso de origen, ese momento que más afectó a su familia y el que más sanación precisa en este momento. Uno, flotáis deprisa; dos, más y más lejos; tres, ¡has llegado!

¿Qué año es? El primero que se te pase por la cabeza. ¿Dónde estáis? ¿Qué está pasando y quién se ve afectado? Fíjate bien y deja que tu ángel o tu madre te lo expliquen. Observa cómo tu ángel empieza a transmitir una luz curativa a todos aquellos involucrados. Deja que la luz se desplace por todos los familiares pasados, presentes y futuros y observa cómo tu madre adoptiva se ilumina y recibe la sanación.

Fíjate que, cuando responde, incluso tú sientes que tu energía se aligera y se anima. ¡Buen trabajo! Ahora los tres podéis regresar a tu sala flotando y, mientras lo hacéis, tu ángel seguirá enviando luz curativa a esos familiares desde ese momento, sanando los momentos entre entonces y ahora. ¡Bien!

Vuelve a la sala flotando y tómate tu tiempo hablando de la información que has descubierto con tu ángel y tu madre adoptiva. Cuando estés listo, se marcharán flotando.

Date la vuelta y cruza la puerta para regresar al punto de partida. Estás anclado, centrado y equilibrado, y cuando cuente desde tres, volverás a la sala sintiéndote despierto, renovado y mejor que nunca. Tres, anclado, centrado y equilibrado; dos, procesarás la información cuando sueñes y mañana por la mañana sentirás esa nueva energía integrada en ti; uno, ¡has vuelto!

• • • • •

¿Ves por qué resulta útil sanar a los antepasados de tu madre adoptiva en pos de tu familia, estéis emparentados o no? Siempre que transmitimos luz

curativa, sobre todo a alguien tan especial como la mujer que te crio, solo recibiremos cosas buenas. ¡Buen trabajo!

En conclusión

Sanar precisa de una gran valentía. No se le puede restar importancia a lo que has logrado al poner en práctica estos ejercicios, y recibirás una recompensa por tu esfuerzo. ¿Cuál? Si mantienes contacto con tu madre en tu día a día, puede que la próxima vez que la veas notes que se han producido cambios como resultado del trabajo que has hecho. Cuando te adentras y cambias tu forma de percibir la realidad, el mundo externo cambia y evoluciona para adecuarse a tu nueva perspectiva. ¡Has hecho un trabajo magnífico!

6
Ejercicios para la sanación del lado paterno

Tras haberte tomado un tiempo para trabajar con tu madre, a continuación tendrás la oportunidad de sanar a tu padre y a sus antepasados. Los procesos serán similares, así que, con suerte, te resultarán más fáciles con el tiempo. La información y la sanación que emerge de esta sección serán probablemente muy diferentes a las que obtuviste en el capítulo anterior, aunque espero que te resulten igual de beneficiosas respecto al viaje de tu alma. ¡Disfruta!

Habla con tu padre

Tal y como hemos hecho con tu madre, ahora es el turno de ir a hablar con tu padre. En este primer viaje en el que te encontrarás con la forma superior de tu padre, mantendréis una conversación que conseguirá que el resto de los viajes que hagas en esta sección resulten más relevantes y efectivos. ¿Preparado?

EJERCICIO

Siéntate con los pies en el suelo y las manos en el regazo, y respira. Permite que una luz curativa y relajante se desplace por tu cuerpo, rodeándote en todas direcciones; penetra en todas y cada una de las células de tu cuerpo, sanándote y calmándote. Con cada respiración, te relajas más y más. Muy bien.

Fíjate que hay una puerta frente a ti, la misma que ya has cruzado en otras

ocasiones. Atraviésala y adéntrate en ese lugar cómodo y familiar. Mientras llegas, repara en que tu padre está ahí; su forma superior te está esperando. Imagina que se alegra de verte. Camina o flota hacia él e imagina que los dos podéis mantener una conversación sobre cualquier cosa que necesitéis deciros. Tómate tu tiempo.

(Se hace una pausa).

Si lo necesitas, imagina que tu padre se disculpa contigo por cualquier cosa que haya sucedido en el pasado. Escucha lo que te dice y, de ser posible, extiende la luz del perdón hacia él. Permite que su forma superior exprese el hecho de que lo ha hecho lo mejor que ha sabido. Si lo necesitas, discúlpate con él. Tú también puedes aclararle que lo has hecho lo mejor que has sabido. Imagina que él también te perdona. Fíjate que, mientras esa conversación tiene lugar, los dos os volvéis más ligeros y felices. Tómate tu tiempo y siente la sinceridad de sus sentimientos mientras tú también le ofreces los tuyos. Muy bien.

A continuación, permite que tu padre te hable de lo que sea que necesites, como la naturaleza de vuestra relación y cuánto significas para él. Comenta con él cualquier otro tema importante que surja. Tómate tu tiempo para tener esa conversación.

Cuando estés preparado, agradece a tu padre que te haya visitado hoy. Fíjate que él se va caminando o flotando, y ahora tú puedes volverte y marcharte a través de la puerta por la que has entrado. Regresa a donde empezaste y cuando cuente desde tres, volverás a la sala. Tres, anclado, centrado y equilibrado; dos, siéntete seguro en todo lo que hagas; y uno, ¡has vuelto!

• • • • •

¿Qué has podido descubrir durante el viaje? ¿La conversación te ha permitido conocer una perspectiva nueva, sanar, o incluso pasar página? Si no, no te preocupes. Algunas heridas tardan su tiempo en sanar, así que vuélvelo a intentar cuando lo necesites. ¿Te ha sorprendido algo?

Sana a tu yo infantil con tu padre

Nadie es perfecto, y tu padre no es ninguna excepción. En algún momento del

camino probablemente te dijera o hiciera algo que le doliese a esa parte infantil que he mencionado previamente en el libro. A veces, cuando somos pequeños, malentendemos lo que los adultos dicen, y en ocasiones estos se enfadan por cosas que no son tan importantes en el gran esquema de las cosas y, aun así, causan heridas que a menudo perduran en nuestro subconsciente durante décadas. En el siguiente viaje, al igual que ya hicimos con tu madre, nos adentraremos en tu mente para recordar cualquier suceso de ese tipo. Permitirás que tu padre se disculpe y que te diga cualquier cosa que necesite y tú podrás perdonarlo y sanar. Recuerda que hablarás con su alma —la forma superior de quien es—, y en ese nivel puedes obrar una tremenda sanación.

EJERCICIO

Dirígete a tu lugar especial, acomódate, respira hondo y cierra los ojos. Ten presente que, con cada respiración, te relajas más y más. Muy bien. Arroja luz cariñosa y curativa por encima de tu cabeza y deja que descienda por tu cuerpo, por tu cuello, hombros, brazos, corazón, estómago y pulmones. Siente cómo viaja a través de tus piernas y tus pies. Permite que esa luz te envuelva hasta un metro en todas direcciones. Ten en cuenta que dentro de esa burbuja dorada de luz estás seguro y a salvo, y solo la podrá atravesar aquello que te haga bien.

Encuentra la puerta que ya has cruzado en otras ocasiones. Muy bien. Ahora ábrela y entra a ese lugar familiar de tu infancia. Ve allí, ya. Siéntete reconfortado por lo que te rodea y, mientras empiezas a asimilarlo todo, repara en que tu padre está caminando o flotando hacia ti. Salúdalo y ten presente que esa es su forma superior, su alma, que te quiere de forma incondicional y solo desea lo mejor para ti.

Imagina que puedes hablar con él sobre algo de hace mucho tiempo que te duele. Observa cómo te escucha y cuando termines de explicarle lo mucho que te dolió permite que él se disculpe por haberte causado dolor. Lo hizo lo mejor que supo entonces, y se arrepiente de corazón. Tómate tu tiempo para expresar tus sentimientos y deja que tu padre te diga lo que necesite.

(Se hace una pausa).

Fíjate en que oírselo decir te suaviza un poquito, y empiezas recibir una luz de perdón que te baña de la cabeza a los pies. Si tienes algo que decirle, hazlo ahora. Si tú también necesitas disculparte con él, hazlo. Imagina que él también te perdona. Si te parece bien, podéis abrazaros, y que sepas que tu padre desea de corazón que, con el tiempo, te recuperes de ese suceso que te causó dolor.

Permite que esa conversación os haga sentir más ligeros y felices que cuando empezasteis. Ambos sentís tanta felicidad que tu padre se aleja flotando. Ten presente que puedes venir a hablar con él de cualquier cosa siempre que lo necesites. Cuando estés listo, date la vuelta y atraviesa la puerta hasta el lugar donde empezaste.

Aún rodeado por la luz curativa y sintiéndote mejor que nunca, cuando cuente desde tres recuperarás plena consciencia sintiéndote mejor de lo que te has sentido en años. Tres, anclado, centrado y equilibrado; dos, sigue procesando las vibraciones curativas del perdón y mañana por la mañana sentirás esa energía plenamente integrada en ti; y uno, ¡has vuelto!

• • • • •

¡Buen trabajo! ¿Se siente mejor tu yo infantil? ¿Recordabas el incidente del que has hablado con tu padre o te ha sorprendido? Ten en cuenta que podrías necesitar volver a hacerlo más de una vez, y eso es perfectamente normal.

Viaja por el linaje paterno

Ahora que has tenido la oportunidad de conocer mejor a tu padre a través de los dos ejercicios anteriores, te embarcarás en un viaje para ayudar a sanar su árbol genealógico. Al igual que hiciste con tu madre en el capítulo anterior, te encontrarás con tu padre y le pedirás ayuda para identificar qué parte de su linaje es la que más necesita sanar en este momento.

EJERCICIO

Siéntate o túmbate, cierra los ojos y relájate. Inspira amor, sanación y calor, y exhala toda la tensión. Fíjate que, con cada respiración, te sientes más abierto y relajado. Muy bien. Observa que una luz procedente de la tierra sube por tus pies y tus piernas y se desplaza por tu columna hasta tu cuello y cabeza. Permite que esta luz llene cada célula de tu ser, sanándote y relajándote hasta que rebose por tu cabeza y te envuelva con un escudo protector de luz pura y blanca. Ten presente que solo aquello que te haga bien podrá atravesar ese escudo.

Abre la puerta que ya has atravesado antes y crúzala hasta llegar a ese lugar especial. Tu padre ya está allí. Te saluda y os alegráis de veros. Eres consciente de que hoy su forma superior necesita que la ayudes a viajar a sucesos de su pasado ancestral. Pregúntale si visitaréis a sus antepasados por parte de padre o de madre. Espera a su respuesta y fíjate en la claridad de la misma. Muy bien.

Detrás de tu padre ves una puerta. Esa puerta se está abriendo y los dos os tomáis de la mano y camináis o flotáis a través de ella. Ve allí, ya. Fíjate que estáis en las nubes, sobrevolando el día de hoy. Dentro de un momento, cuando cuente hasta tres, empezaréis a retroceder por encima de las nubes y por el árbol genealógico de tu padre hasta ese momento que te hará más bien. ¿Preparado? Uno, dos y tres, moveos ya, muy rápido. Cuando cuente hasta tres, llegaréis al suceso que más necesita sanar en este momento. Uno, retrocedéis en el tiempo; dos, más y más lejos; y tres, habéis llegado. Ve allí, ya. Tu padre y tú estáis envueltos en una burbuja de luz, y podéis descender flotando hasta el suceso sin ningún problema. Ve allí, ya. Fíjate en qué está sucediendo.

¿Qué año es? ¿Qué está pasando, y quién sientes que necesita sanar? ¿Qué relación tiene contigo? Imagina que puedes preguntarle a la gente cómo podrías ayudar y fíjate que una luz curativa baña a todos los implicados, sanándolos, limpiándolos, neutralizando esa energía hasta que la escena te resulta pacífica y relajada. ¡Buen trabajo!

Imagina que tu padre y tú podéis interrogar a las personas que aparecen allí. ¿Cómo afecta este incidente a tu familia y a tu vida actual? Además de arrojar esa luz curativa, ¿qué más puedes hacer para ayudar? Haz lo que te pidan y prosigue con la conversación hasta que esta termine. Continúa permitiendo que la luz curativa llene la escena y fíjate cómo tu padre y tú os volvéis más ligeros y felices como resultado de esa nueva luz curativa y comprensión.

Cuando estés listo, álzate, más y más alto, y regresa hasta el día de hoy, pero hazlo tan rápido como te permita la transformación de los sucesos entre ese momento y ahora gracias a esta nueva energía. Siente que todas las células de tu cuerpo sanan y se llenan de una luz cariñosa y fíjate que tu padre también sigue recibiendo esta increíble energía. Muy bien. Atraviesa flotando esa puerta hasta donde te encontraste por primera vez con tu padre y regresa al lugar donde ambos comenzasteis vuestro viaje juntos.

Imagina que tu padre te agradece que lo hayas ayudado con su familia, que se llena todavía de más luz y se aleja flotando. Cruza la puerta por la que has entrado y vuelve al lugar donde empezaste. Cuando cuente desde cinco, regresarás a la realidad. ¿Listo? Cinco, sigue beneficiándote de la luz curativa; cuatro, procesa toda esa nueva energía en tus sueños para que mañana puedas

sentirte mejor que nunca; tres, siéntete seguro en todo lo que hagas; dos, permite que esta nueva información siga latente en tu mente por el bien de todos los implicados; uno, anclado, centrado y equilibrado, y ¡has vuelto!

• • • • •

¿Cómo te ha ido? ¿Qué lado de la familia de tu padre has visitado? ¿Qué ha ocurrido allí? ¿Cómo os ha afectado esos sucesos pasados a tus familiares y a ti a lo largo de los años? ¿Cómo crees que la luz os beneficiará a tu familia y a ti? Como siempre, asegúrate de anotar lo que necesites. También recibirás más información e ideas con el tiempo, y verás cómo encaja todo eso en tu sanación general y en el propósito de tu alma en tu vida actual.

Explora vidas pasadas con tu padre

A continuación, veremos si tu padre y tú habéis compartido alguna vida anterior. De forma similar a como trabajamos con tu madre en el capítulo anterior, este viaje mantendrá todas las posibilidades abiertas. Es probable que tu padre y tú hayáis compartido vidas pasadas, pero si no, serás capaz de ayudar a la forma superior de tu padre a regresar a aquel tiempo anterior y sane algo que precise cambiar en la actualidad. Cuando ayudamos a alguien mediante tal profunda tarea de sanación, sobre todo cuando es un pariente tan cercano, todos los que rodean a esa persona saldrán beneficiados, incluyéndote a ti y a todo tu linaje. Recuerda también que nuestras almas son tan vastas que podrás hallar un momento en el futuro para repetir el ejercicio, por lo que recibirás una información completamente nueva y que te ayudará más adelante en tu vida. El alma es como una cebolla; con cada viaje pelas una capa y revelas una realidad más liviana y feliz. En general, mantén la mente abierta a todo lo que se te aparezca. Si has conocido a tu padre en el pasado, maravilloso. Si no, no dudes de que este viaje también te beneficiará en otros aspectos.

EJERCICIO

Siéntate con las manos en el regazo, los pies pegados al suelo y respira hondo por la nariz antes de exhalar por la boca. Relájate. Mientras lo haces, rodéate de una bola de luz curativa imaginándote que una luz preciosa te baña desde arriba y te cubre de la cabeza a los pies. La luz se vuelve más fuerte, se desplaza hasta el centro de tu corazón y te rodea con una energía protectora y alentadora. Permite que esa luz elimine todo el estrés y que un profundo sentimiento de paz te embargue. Muy bien.

Fíjate en esa puerta familiar que ya has visto antes. Crúzala y adéntrate en una sala tranquila. Al instante ves que la forma superior de tu padre te está esperando y que se alegra mucho de verte. Imagina que te da las gracias por venir hoy y te está pidiendo ayuda para descubrir detalles importantes de sus vidas pasadas.

Toma a tu padre de la mano. Los dos os eleváis, más y más alto, a través del techo y de las nubes, flotando más y más arriba, hasta que os encontráis sobrevolando una luz que representa el día de hoy. Echa la vista atrás en la dirección que tu padre te indica que es su pasado. Ten presente que, dentro de tan solo un momento, los dos visitaréis una vida importante que tu padre y tú compartisteis o una de las vidas anteriores de tu padre que servirá para sanar a tu familia en la actualidad. Podría tratarse de una vida previa donde os conocisteis o una que te explique mejor quién es tu padre y así los dos lleguéis a conoceros más en profundidad. ¿Preparado?

Retrocede en el tiempo, más y más lejos, hasta ese acontecimiento tan importante que tu padre necesita que veas ahora mismo. Cuando cuente hasta tres, llegarás a ese suceso significativo. Uno, flota hasta ese tiempo remoto; dos, ya casi estás; y tres, has llegado. Desciende hasta la escena. Ve allí, ya, y ten presente que un escudo de luz protectora os rodea a tu padre y a ti. Fíjate en lo que está sucediendo.

¿Qué año es? ¿Dónde estás? ¿Quién está ahí? Fíjate en todo lo que te rodea. Identifica la energía de tu padre y, si percibes que tu alma también está ahí, imagina que encuentras un acontecimiento en el que estáis juntos. Si no, halla el momento más importante que necesite sanar en estos momentos. Ve allí, ya. Fíjate en lo que está aconteciendo. ¿Cómo os afecta este suceso a tu familia y a ti en tu vida actual? Mientras lo haces, arroja una luz curativa sobre todos los involucrados e imagina que puedes avanzar hasta el último día de esa vida. Ve allí, ya. Fíjate en cómo las diferentes almas pasan a ser espíritus y obsérvalas mientras lo hacen. Imagina que las formas superiores de las personas que tu padre y tú fuisteis en el pasado flotan hasta vosotros y podéis mantener una conversación con ellos y preguntarles sobre su vida. ¿Cómo afectan esas

acciones del pasado a todos los presentes en tu vida actual? ¿Qué lecciones aprendiste a través de esos acontecimientos? Si tu padre y tu estuvisteis juntos en una vida anterior, ¿qué lecciones aprendisteis como almas y seguís poniendo en práctica en vuestra vida actual? Muy bien.

Tómate tu tiempo. Cuando hayas obtenido respuestas, fíjate cómo tu padre y tú os eleváis más y más alto y comenzáis a flotar y avanzar en el tiempo hasta que regresáis al presente. Ve allí, ya. Sobrevuela el día de hoy. Muy bien. Ahora imagina que tu padre y tú podéis descender, más y más y más, a través de las nubes y del techo de la sala en la que empezasteis.

De vuelta en el punto de partida, cuando cuente desde cinco, regresarás a la sala sintiéndote mejor que antes. Cinco, anclado, centrado y equilibrado; cuatro, continúa procesando esa información en tus sueños para que mañana por la mañana sientas ese nuevo conocimiento plenamente integrado en ti; tres, conduce con cuidado, y siéntete seguro en todo lo que hagas; dos; uno, y ¡has vuelto!

• • • • •

¿Qué has aprendido sobre tu padre? ¿Compartisteis una vida anterior de la que no erais conscientes? ¿Cómo ha afectado esa situación a tu vida, y qué has ganado tras haber arrojado nueva luz y comprensión al pasado? ¡Buen trabajo!

Sana tu vida presente con tu padre

¡En menudo viaje os habéis embarcado tu padre y tú hasta el momento! Ahora vas a coger todo aquello que has aprendido y vas a encontrarte con él otra vez para obtener nueva información sobre su personalidad. Repasarás las lecciones que habéis aprendido juntos como almas y descubrirás nuevas formas de beneficiar a toda vuestra familia. El viaje será similar a la charla que mantuviste con tu padre anteriormente, solo que ahora podrás profundizar más, puesto que ya posees más información sobre la conexión y los problemas y triunfos por los que pasó su alma en el pasado.

EJERCICIO

Cierra los ojos, respira profundamente y empieza a encaminarte a ese lugar especial y relajante en el que ya has estado antes. Inspira paz y relajación y exhala toda la tensión y las preocupaciones. Fíjate que con cada respiración que das, te relajas más. Envía una luz por encima de tu cabeza y deja que fluya por todo tu cuerpo y que te envuelva en un escudo protector de amor. Ten presente que siempre estarás seguro, a salvo y protegido en el interior de esa luz.

Fíjate en la puerta familiar que aparece delante de ti y crúzala. Vuelve al lugar donde ya te reuniste con tu padre y fíjate que está allí, esperándote. Ten en cuenta que es su forma superior y siente el amor incondicional y la alta estima en la que te tiene. Salúdalo. Pregúntale a tu padre qué nueva información quiere compartir contigo basándote en todos los descubrimientos que has hecho hasta ahora.

Escúchalo, pregúntale lo que necesites aclarar y comparte con él lo que quieras y lo que te resulte útil en este momento. Tómate todo el tiempo que necesites. Permite que tu padre se disculpe otra vez si siente que necesita hacerlo. Si tú necesitas hacerlo por algún prejuicio o malentendido que hayas tenido, hazlo ahora.

(Se hace una pausa).

Esfuérzate por imaginar que, sea lo que sea que haya pasado entre vosotros en vuestra vida actual, los dos podéis pasar página y perdonaros. Si sientes que eso aún no es posible, mira a ver si ahora estáis un poquito más cerca de la reconciliación que antes de empezar.

Dile cualquier cosa que necesites. Si te apetece darle un abrazo, hazlo ahora. Muy bien. Tómate tu tiempo y, cuando tu padre y tú hayáis terminado, despídete de él y ten presente que la forma superior de tu padre estará ahí, en ese lugar seguro, siempre que necesites hablar con él en el futuro. Camina o flota hasta la puerta especial, ábrela y regresa a donde empezaste. Cuando cuente desde tres, volverás a sentirte despierto, renovado y mejor que antes. Tres, sientes más paz y estás más receptivo que nunca a la energía de tu padre; dos, anclado, centrado y equilibrado; y uno, ¡has vuelto!

• • • • •

¿Cómo te ha ido? ¿Qué has descubierto? Anota todo en lo que desees seguir profundizando en el futuro. También puede que notes que, en la vida real, la energía de tu padre cambiará, aunque sea muy levemente, como resultado del

trabajo de sanación que estás haciendo. Aunque tu padre no siga vivo, la otra mejora es que te sentirás más ligero gracias a este viaje conjunto. Aunque *a priori* los ejercicios pueden parecer imaginarios, créeme, lo que estás haciendo es muy real y tu padre sentirá tus intenciones positivas y agradecerá el esfuerzo a un nivel más espiritual. Recuerda también que continuarás sintiéndote más liviano y feliz como consecuencia de tu esfuerzo. ¡Muy bien!

Viaja para reunirte con tu padre biológico

A continuación, nos reuniremos con tu padre biológico. Durante este viaje, al igual que con toda la hipnosis y las imágenes guiadas, es importante usar la imaginación, sobre todo si no sabes nada sobre tu padre biológico.

Averiguar la verdadera identidad de una persona está en la mente de mucha gente, y más estos días, con toda la tecnología que existe para ayudarnos a encontrar información veraz. Podría haber miles de razones por las que alguien no pudo crecer con sus padres biológicos, incluida la muerte de ambos, haber nacido por gestación subrogada para una pareja LGTBQ, o gracias a un donante de esperma u óvulos, o muchas otras posibilidades que puedan dejar a alguien con preguntas y con necesidad de respuestas. La gran mayoría de las investigaciones sobre familias biológicas se realizan por internet, pero yo he llegado a averiguar que los viajes del espíritu también pueden ser bastante poderosos para sanar, desarrollar un sentimiento de aceptación y dejar atrás asuntos delicados.

Cuando llevas a cabo un trabajo espiritual y en pleno estado meditativo o de hipnosis te encuentras con personas, por lo que es importante ser consciente de que estás con la forma superior de esa persona y no con quienes son en el mundo real. Debido a esto, conozcas o no a tu padre biológico, serás capaz de tener con él un encuentro significativo en espíritu que podrá infundirte sanación y consuelo, aunque nunca hayas logrado localizarlo en el verdadero mundo tridimensional.

Puede haber multitud de razones por las que tu padre biológico no formó parte de tu vida mientras crecías. Tu padre podría haber estado enfermo y haber fallecido y tal vez tu madre fue la que te criara sola, o quizás tus dos progenitores murieron o no fueron capaces de hacerse cargo de ti. Podrías haber nacido gracias a un donante de esperma o incluso no haber conocido a ninguno de tus padres. Las posibilidades son infinitas. Es posible que sientas

una enorme gratitud hacia tu familia adoptiva, o que estés enfadado y resentido por lo que pasó. Independientemente de tus circunstancias únicas, en el próximo viaje tendrás la oportunidad de vivir un encuentro con la forma superior de tu padre. Similar a la experiencia que tuviste cuando te reuniste con tu madre biológica, podrás averiguar información sorprendente, o incluso armar el puzle de información con las piezas que te han ido dando otros miembros de tu familia. Sea como sea, espero que este ejercicio brinde una mayor tranquilidad y paz a tu vida actual.

EJERCICIO

Dirígete a tu silla cómoda y toma asiento en silencio. Cierra los ojos y respira. Permite que una luz curativa te bañe desde la coronilla, hacia tus brazos y piernas, que pase por la columna hasta las piernas y los pies. Permite que esa luz curativa elimine la tensión acumulada mientras respiras sanación y amor y exhalas todo lo que no te sirva de nada.

Conforme esa luz curativa se fortalece, imagina que sale proyectada desde el centro de tu corazón y crea una preciosa bola de luz dorada que te envuelve hasta un metro en todas direcciones. Ten presente que dentro de esa luz estás seguro, a salvo y totalmente tranquilo, y que solo aquello que te vaya a hacer bien podrá penetrarla.

Fíjate en la puerta delante de ti. Crúzala y adéntrate en tu lugar especial, en la hermosa sala. Permite que tu ángel flote hasta ti y siente su cariñosa presencia y apoyo hacia ti. Muy bien.

Hay una puerta al otro lado de la sala. Desvía tu atención hacia ella y, mientras se abre, imagina que tu padre biológico la está cruzando, ya sea caminando o flotando. Puede que lo veas como una persona física o simplemente sientas su presencia como un alma o una luz.

Imagina que esa es su forma superior y que ahora se aproxima a ti. Salúdalo. Siente el amor incondicional que te profesa. Muy bien. Tómate tu tiempo y permite que la forma superior de tu padre comparta contigo cualquier cosa que le gustaría decirte. Puede que desee explicarte mejor por qué no formó parte de tu vida mientras crecías. Si falleció, imagina que te dice cuánto le habría gustado haber estado ahí para ti. Si fue un donante, hazle saber el gran regalo que te ha dado.

Sigue conversando de cualquier cosa que quieras compartir con él. Quizás quieras contarle cómo te ha hecho sentir su ausencia o cómo alteró tu vida su

decisión. Si has tenido unos padres geniales que te han criado, díselo, y si no, comparte con él tus sentimientos. Dile lo que tengas que decir y luego deja que él también lo haga. Si procede, deja que se disculpe con sinceridad y que te explique lo que pueda. Extiende la energía del perdón hacia él. Has comprendido que, aunque la situación no haya sido la ideal, como alma él lo ha hecho lo mejor que ha sabido.

Tómate tu tiempo y conversa con él de cualquier cosa que te gustaría saber, y cuando termines, imagina que tu ángel os arroja una brillante luz curativa a ambos. Nota que esa luz te hace sentir mejor que antes y lo feliz y liviano que parece tu padre en comparación con hace unos momentos.

Cuando acabes, imagina que tu padre puede volver a cruzar la puerta caminando o flotando, y recuerda que lo volverás a ver en otro viaje. Dale las gracias a tu ángel por ayudarte hoy y siente el amor y la alta estima en la que te tiene. Deja que te envíe bendiciones y ánimos antes de desaparecer flotando.

Date la vuelta y cruza de nuevo la puerta por la que entraste para regresar a la sala en la que comenzaste. Aún rodeado por esa bola de luz dorada y protectora, cuando cuente desde cinco retornarás a la sala sintiéndote despierto, renovado y mejor que nunca.

Cinco, anclado, centrado y equilibrado; cuatro, procesa esto en tus sueños esta noche y recibe más detalles de ser necesarios para que mañana por la mañana sientas esa energía plenamente integrada en ti; tres, estate seguro en todo lo que hagas; dos; uno, y ¡has vuelto!

• • • • •

¿Cómo ha ido? Muchos tienen dificultades para encontrar a sus padres biológicos o a sus extensas familias. Si fuiste adoptado, ¿has obtenido alguna nueva información que te haya ayudado a ver las cosas más claras? ¿Has podido limar asperezas o ha cambiado tu percepción del pasado? En tales situaciones, la gente puede enterarse de ciertas cosas sobre sus padres biológicos por lo que les hayan contado a lo largo de los años. ¿En qué grado ha afectado eso a tu viaje? ¿Te ha sorprendido lo sucedido, va en la línea de lo que otros miembros de tu familia te han contado o es como lo que tú mismo has podido averiguar por tu cuenta? ¿Te has enterado de algo que no supieras antes? Si es así, ¿quieres seguir investigando para averiguar más cosas? Toma nota de lo que necesites por si luego quieres volver a consultarlo o revisarlo o por si quieres investigar si las cosas que has experimentado están

documentadas en algún sitio. Te sorprendería lo intuitivo que eres y lo precisa que es la información que tienes. ¡Muy buen trabajo!

Viaja para conocer a tu padre biológico antes de haber nacido

A continuación, ampliaremos el trabajo anterior y visitaremos la forma superior de tu padre para hallar una mejor comprensión de sus pensamientos antes de tu nacimiento.

EJERCICIO

Siéntate tranquilamente en tu silla cómoda, cierra los ojos y respira. Inspira paz y relajación y exhala toda tensión. Permite que ese familiar haz de luz pura y blanca bañe tu cuello y tus hombros y se desplace por tus brazos y manos. Deja que luego se desplace por tu columna, tus piernas y pies. Muy bien. Siente las vibraciones de sanación que la luz emite desde tu corazón y cómo te envuelve en una burbuja protectora y dorada. Ten presente que únicamente podrá atravesar esa luz lo que te haga bien.

Fíjate en la puerta de siempre y crúzala. Has vuelto a tu hermosa sala. Allí se encuentra tu ángel, que te saluda. Se abre otra puerta y, una vez más, ves a tu padre biológico allí. Es su alma, su forma superior, y le gustaría hablar contigo de las múltiples razones por las que tuvo que enfrentarse a la decisión de no formar parte de tu vida. Pudo haber sido un donante de esperma que desde el principio sabía que no estarías en su vida, o tal vez enfermara o sufriera un accidente que te lo arrebatara. De ser así, permite que comparta contigo los pensamientos o sentimientos que tuvo durante esos momentos antes de que nacieras. Puede que estuviera pasando por una situación financiera delicada o por una crisis de salud que evitara que pudiera hacerse cargo de ti. Escúchalo e imagina que puedes empatizar con él y comprender mejor sus circunstancias. Muy bien.

Escucha y tómate tu tiempo para decirle cualquier otra cosa que necesites.

(Se hace una pausa).

Nota el amor incondicional que la forma superior de tu padre siente por ti. Si lo necesitas y en caso de que sea posible, halla la empatía y el perdón. Mira a ver si sientes una mayor paz mientras tu padre te explica la situación mejor.

Cuando termines, tu ángel te muestra otra puerta. Ábrela e imagina que la forma superior de tu padre, tu ángel y tú viajáis atrás, atrás, atrás en el tiempo, hasta ese momento antes de tu nacimiento cuando tu padre descubre que no formará parte de tu vida.

¿Qué está sucediendo? ¿Cómo se siente? Permite que tu ángel le envíe una luz curativa cargada de amor que alivie su estrés, su tensión, su tristeza o las dificultades, y fíjate en cómo su energía cambia gradualmente a otra más tranquila. Nota cómo esa luz de paz rebosa de él y penetra todas y cada una de las células de tu ser. Estás llenándote de amor y de luz, y esa luz está volviéndose más y más y más brillante. ¡Muy bien!

Cuando estés listo, imagina que los tres volvéis al día de hoy y cruzáis la puerta caminando o flotando hasta hallaros de nuevo en el punto de partida. Tómate un momento y permite que la forma superior de tu padre y tu ángel respondan todas las preguntas que te hayan surgido. Deja que tu padre te aclare lo que necesite y aprovecha para decirle cualquier otra cosa que quieras.

Cuando hayáis terminado, imagina que tu padre vuelve a cruzar flotando la puerta por la que apareció antes. Dale de nuevo las gracias a tu ángel por haberte ayudado y percátate del amor incondicional que tu ángel siente por ti mientras desaparece. Desvía la atención hacia la puerta por la que llegaste y sal por ella para regresar al lugar donde empezaste. Dentro de un momento, cuando cuente desde tres, regresarás a la sala. Tres, anclado, centrado y equilibrado; dos, procesa esta nueva información durante tus sueños esta noche para que mañana por la mañana sientas esta nueva energía plenamente integrada en ti; uno, y ¡has vuelto!

• • • • •

¿Cómo te has sentido? ¿Qué nueva información has obtenido? ¿Has conseguido aceptar tu situación tras haber visitado a tu padre biológico? ¿Has aprendido algo nuevo sobre ti o ha cambiado la percepción que tenías gracias a esta experiencia? Anotar las ideas y tus sentimientos tal vez te resulte útil y, además, puede que quieras investigar estos hallazgos más en profundidad para obtener un mayor entendimiento sobre ellos.

Sana a los antepasados de tu padre biológico

A continuación, enviarás una luz curativa a los antepasados de tu padre biológico. Como estás genéticamente relacionado con él, arrojar luz curativa a esos antepasados que podrían ser completos desconocidos para ti en la vida real puede resultarte bastante transformador.

EJERCICIO

Estás en tu lugar tranquilo y cómodo, respirando, relajándote y cerrando los ojos. Con cada respiración que des, te sentirás más y más relajado. Permite que esa luz blanca y curativa te bañe de la cabeza a los pies, que salga de tu corazón y te envuelva en una bola de luz dorada que te sana y te protege. Muy bien.

Fíjate en la puerta que ya has atravesado muchas veces antes. Abre la puerta y entra a tu lugar especial y seguro, donde tu ángel y tu padre biológico ya te están esperando. Fíjate en lo feliz que está la forma superior de tu padre de verte. Tómate un momento para hablar con él sobre cualquier cosa que quiera compartir contigo o pregúntale todo lo que necesites. Cuando acabes, dile que te gustaría sanar a sus antepasados. Pregúntale qué lado de su familia lo necesita más en este momento, si el de su madre o el de su padre. Escucha su respuesta. Confía en lo que te diga.

Tu padre biológico, tu ángel y tú os movéis ahora hacia otra puerta. La puerta se está abriendo y todos vosotros flotáis sobre un precioso rayo de sol que representa un acontecimiento pasado que le ocurrió a uno de tus antepasados; un suceso que necesita sanación más que ningún otro. Toma a tu ángel de la mano mientras los tres viajáis en el tiempo hasta ese momento en concreto de la vida de tu antepasado. En cuanto cuente hasta tres, llegarás al suceso más importante que necesite sanación ahora mismo. ¿Preparado? Uno, viaja atrás en el tiempo; dos, más y más lejos; y tres, has llegado.

Sobrevuela la escena. ¿Qué año es? Lo primero que se pase por la cabeza. ¿Qué está sucediendo? ¿Quién está involucrado y cómo ha afectado a todas las generaciones de tu familia? Presta atención a lo que ves. Confía en ello. Pídele a la forma superior de tu padre o a tu ángel que te aclare lo que necesites. Permite que tu ángel envíe una luz curativa a todos los implicados y fíjate cómo esta situación se torna más pacífica y neutra. Muy bien. Deja que esa luz curativa llegue hasta tu padre biológico y observa lo feliz y ligero que se vuelve. Siente la luz penetrar en tus células y en tu cuerpo, empezando por la planta de los pies. La luz está expandiendo las células y llenándolas de amor, mandando paz y sanación a todo tu cuerpo. Muy bien.

Empieza a flotar con tu ángel y tu padre biológico hacia el presente. Viaja desde ese momento en concreto en la historia de tu familia hasta la actualidad y, mientras, permite que la luz curativa ayude y mejore a todos los integrantes de tu familia desde ese momento hasta ahora. Fíjate lo mucho más ligeros y felices que parecen estar. ¡Buen trabajo!

Atraviesa de nuevo la puerta con tu padre biológico y tu ángel y regresa a tu sala especial de sanación. Habla con tu padre sobre cualquier cosa que necesites que te aclare, pídele a tu ángel que te dé más detalles y tómate tu tiempo. Comenta las cosas hasta que obtengas todas las respuestas y explicaciones que necesites. En cuanto termines, dale las gracias a tu ángel por ayudarte y también a tu padre por la oportunidad de sanar a tal nivel de profundidad. Fíjate en que ambos te envían su amor mientras se alejan flotando. Date la vuelta y cruza la puerta flotando o caminando para regresar a donde empezaste.

Cuando cuente desde tres, volverás a la sala. Tres, anclado, centrado y equilibrado; dos, procesa esta nueva información durante tus sueños esta noche para que mañana por la mañana sientas esta nueva energía plenamente integrada en ti; y uno, ¡has vuelto!

• • • • •

¿Cómo te has sentido? ¿A quién le has enviado esa luz curativa y cómo crees que mejorará tu vida actual? ¿Has obtenido alguna nueva energía como resultado de esta experiencia? ¿Qué te ha sorprendido más? ¿Cómo usarás lo aprendido para realzar tu realidad actual?

Vidas pasadas con tu padre adoptivo

¿Alguna vez te has tomado el tiempo necesario para pensar en el profundo vínculo que debes de compartir con tus padres adoptivos? Aunque no te hayan traído físicamente a este mundo —lo cual es cierto —, el inmenso amor que deben de sentir por tu alma para acceder a criarte y a cuidarte no debería tomarse a la ligera. Aunque, bueno, ese podría no ser tu caso. Hay situaciones en las que a la gente la adoptan padres horribles, pero por norma general, suele haber un vínculo de amor que se forma cuando alguien conscientemente elige que formes parte de su familia aunque no hayas nacido biológicamente en ella.

A pesar de que este libro se centre en los familiares consanguíneos y en los vínculos energéticos que estos tienen con tu alma, aprender más cosas sobre tu familia adoptiva es poderoso e instructivo para entender más específicamente qué os ha reunido. El siguiente ejercicio explora la conexión que tus vidas pasadas puedan tener con el hombre que te crio. Existen demasiadas razones de por qué no has podido crecer con tus padres biológicos como para nombrarlas todas. Puede que hayan fallecido, o quizá tu padre adoptivo no podía tener hijos propios por cualquier motivo y eligió compartir su vida contigo. Independientemente de cuáles sean tus circunstancias, espero que el viaje te revele nueva información y te brinde una sensación de amor y agradecimiento por el vínculo divino que os unió a ambos. Tal vez no haya ninguno. Es posible, y aun así la mayoría de los clientes con los que he trabajado averiguan que el vínculo que comparten con su padre o madre adoptivos procede de algún tiempo anterior. Descubrir más detalles sobre esa conexión fortalecerá el vínculo en el futuro.

EJERCICIO

Siéntate en tu lugar especial, cierra los ojos y empieza a respirar amor y luz. Permite que este amor y esta luz recorran todas las células de tu cuerpo desde la cabeza a los pies y ten presente que estás protegido en todo momento en el interior de un escudo protector.

Fíjate en la puerta que ya has cruzado anteriormente y hazlo de nuevo. Adéntrate en tu sala especial. Tu padre adoptivo y tu ángel ya están allí, aguardándote. Dales las gracias por haber venido hoy y tómalos de las manos. Todos empezáis a flotar. Os eleváis del suelo y subís más y más alto a través del techo y de las nubes. Te das cuenta de que cuanto más alto flotas, más tranquilo te sientes.

Has seguido flotando hasta encontrarte sobrevolando el día de hoy una vez más. Mira en la dirección de tu pasado y permite que tu ángel os traslade a tu padre adoptivo y a ti atrás en el tiempo hasta un momento importante de tu pasado en el que vuestras almas se encontraron por primera vez, o que te explique mejor por qué os habéis elegido en la vida actual. Uno, dos y tres, estás allí. Desciende sobre los acontecimientos. ¿Qué año es? ¿Qué está sucediendo? ¿Cómo ha afectado esta situación al vínculo de tu vida actual? Obtén todo el conocimiento que necesites sobre este suceso y, cuando estés listo, elévate más

y más y más alto sobre ese suceso. Muy bien.

¿Qué lecciones habéis aprendido el hombre que te crio y tú como almas, y tal vez a través de diversas vidas juntos? ¿Cómo vas a aplicar esas lecciones hoy día? Buen trabajo. Ahora toma a tu padre y a tu ángel de la mano e imagina que los tres podéis volver al presente flotando. Mientras lo hacéis, tu ángel envía amor y luz a todos los momentos de la historia de tu alma entre ese y la actualidad.

Hállate una vez más sobrevolando el día de hoy. Pídele a tu padre adoptivo o a tu ángel que te resuelva cualquier duda que tengas. Muy bien. Ahora permítete sentir sus manos mientras volvéis a atravesar las nubes y el techo de la sala donde empezasteis.

Dale las gracias a tu padre adoptivo por su amor y por el tremendo regalo que su presencia te ha brindado. Igualmente, es posible que él también quiera agradecerte todo lo que tú has traído a su vida. Siente el inmenso amor entre vosotros. Ten presente que puedes volver aquí a reunirte con él en cualquier otro momento que necesites reconectar con él. Agradece a tu ángel que os haya ayudado a ambos hoy y fíjate cómo tu padre y tu ángel se marchan flotando.

Date la vuelta y cruza la puerta hacia donde empezaste, aún rodeado por esa luz de amor; por primera vez, sé consciente de que te sientes mucho más feliz y ligero que nunca. Dentro de un momento regresarás a la sala sintiéndote despierto, renovado y mejor que antes. Tres, anclado, centrado y equilibrado; dos, procesa la información en tus sueños esta noche para que mañana esta nueva información y energía esté plenamente integrada en ti; y uno, ¡has vuelto!

• • • • •

¿Has disfrutado el viaje? Si quieres volver a intentar este ejercicio y ver si existe una conexión en las vidas pasadas de tu padre biológico y las tuyas, simplemente sigue los pasos otra vez mientras piensas en tu padre biológico. Cada vez que te embarcas en un viaje, más información nueva puede aparecer. ¿Te has percatado de que con cada visita te vuelves más ligero y feliz? ¡Muy buen trabajo!

Sanación ancestral para tu padre adoptivo

Después de toda la sanación que llevaste a cabo en el capítulo anterior con tu madre adoptiva, es justo que ahora hagas lo mismo por tu padre. La idea de adoptar a otras personas sigue maravillándome. Querer a otra alma lo suficiente como para acogerla en tu casa es algo verdaderamente divino y especial. Veamos qué ocurre y ten presente que seguro que será algo muy bueno. ¿Listo?

EJERCICIO

Siéntate cómodamente, respira por la nariz, exhala por la boca, cierra los ojos y descansa. Arroja una luz curativa alrededor de tu cuerpo y envuélvete en una manta de puro amor mientras esta luz penetra en cada célula de tu ser. Abre la puerta y crúzala caminando o flotando hasta llegar a tu sala especial y segura.

Tu padre adoptivo y tu ángel se alegran de verte y están aguardando tu llegada. Pregúntale a tu padre adoptivo qué lado de su familia necesita sanar más en este momento, si el de su madre o el de su padre.

Acepta esa información y tómalos de las manos mientras tu padre adoptivo, tu ángel y tú cruzáis esa puerta especial caminando o flotando hasta llegar a un suceso pasado de alguno de tus antepasados. Mira el brillante haz de luz que hay debajo de ti y ten presente que representa la vida de tu antepasado. Los tres viajáis rápido hacia el pasado, hacia un acontecimiento muy importante; es el que más necesita sanar en este momento. Uno, viajáis...; dos, más y más lejos; y tres, habéis llegado. Sobrevuela la escena. ¿Dónde estás? ¿Qué año es? ¿Quién es el antepasado que necesita tu ayuda? ¿Cómo afecta este suceso a la familia de tu padre adoptivo? ¿Qué mejoras puedes lograr esta sanación en la vida de tu padre? Tómate tu tiempo. Fíjate en lo que esté pasando. Pídele a tu padre adoptivo o a tu ángel que te aclare cualquier detalle que necesites.

Tu ángel está enviando un torrente de luz de amor a todos los implicados. La luz se extiende a través del tiempo, tanto hacia atrás como hacia el presente, y afecta a todos los familiares por los siglos de los siglos. Regresa a la sala mientras tu ángel sigue mandando amor y sanación a todos los acontecimientos y personas entre ese momento y el presente. Fíjate que, conforme te aproximas a tu lugar sagrado y especial, tu padre adoptivo se vuelve mucho más ligero y alegre. Y ahora tú también. Muy bien.

Los tres llegáis a la puerta, la cruzáis y os encontráis de nuevo en la sala. Conversad de cualquier cosa que sea relevante. Obtén mayor claridad y haz las preguntas que consideres oportunas. Imagina que tu padre te agradece que lo

hayas ayudado con esta sanación. Dale las gracias tanto a él como a tu ángel por su ayuda e información antes de que ambos se marchen.

Date la vuelta y regresa al punto de partida por la puerta. Cuando regreses a la sala dentro de un momento, te sentirás completamente despierto, renovado y mejor que antes. Tres, anclado, centrado y equilibrado; dos, procesa la información en tus sueños esta noche para que mañana por la mañana esa nueva información y energía esté plenamente integrada en ti; y uno, ¡has vuelto!

• • • • •

¿Qué nueva información has obtenido? ¿Has podido encontrar algo en el árbol genealógico de tu padre que necesitaba sanar? ¿Puedes ver cómo esa nueva energía más ligera lo afectará no solo a él sino también a todos los hermanos que tengas y a cualquiera con quien se cruce en su vida diaria, incluyéndote a ti? Recuerda que, si has querido visitar primero su lado paterno, siempre puedes regresar y repetirlo con el lado materno para ver qué descubres allí. Toma nota de lo que necesites y que sepas que has hecho un trabajo maravilloso arrojando luz a tu familia adoptiva.

En conclusión

Has crecido como persona al abrirte a la luz curativa y proyectarla hacia tu familia, independientemente de tus orígenes. Estoy orgullosa de ti por haber profundizado en un tema tan fundamental y complejo. Rezo por que veas los frutos durante muchos años.

7
Experiencias de sanación familiar

Ahora que te has dedicado a sanar con tu padre y con tu madre, espero que hayas aprendido mucho de ellos y que eso te beneficie de cara al futuro. Este capítulo te brindará una mayor comprensión ayudándote a centrarte en tu labor de sanar a tus familiares más cercanos y a tu árbol genealógico en conjunto. Estos procesos pueden resultarte increíblemente poderosos y esclarecedores en la trayectoria de tu vida. Te recuerdo, como siempre, que anotes la información en tu diario y recuerdes que la sanación sucede poco a poco, así que ten paciencia y repite los ejercicios las veces que necesites.

Corta el vínculo con todos tus antepasados

El primer ejercicio es uno de mis favoritos y se basa en un ejercicio familiar llamado *ho'oponopono*, un ejercicio de perdón de la cultura hawaiana que va en sintonía con la idea de la veneración a los antepasados. Muchas religiones del mundo reconocen que honrar los sacrificios de nuestros antepasados es la clave para la felicidad y el éxito en la vida. Hay algunos rituales y actos desinteresados que se deben hacer con cierta frecuencia para poder disfrutar de un bienestar superior.

El concepto de *ho'oponopono* es simple y a la vez profundo, porque reconoce a cada miembro de la familia como parte de un todo. Si una pieza de una máquina no funciona correctamente, entonces el resto tampoco lo hará. Pasa lo mismo con las personas. En la antigua Polinesia, si un miembro de la tribu enfermaba, el resto dejaba lo que estuviera haciendo y toda la familia se reunía para hallar la causa de la enfermedad. ¿Te suena? Para ellos identificar

la causa de los problemas era el único método duradero para lograr el éxito. Durante la reunión, todos hablaban de la persona enferma para ver qué problemas o resentimiento salía a la luz. La idea es que, si no sabes qué está causando ese malestar, por decirlo así, entonces no podrás resolverlo. Como muchos motivadores humanos son subconscientes, el proceso para que la verdadera causa emerja podría llevar un tiempo bastante considerable. Tardaran lo que tardasen, la familia se comprometía a sentarse y a hablar hasta descubrir algún detalle importante.

Digamos que alguien se siente mal con la persona enferma por algo que sucedió en el pasado. El ritual *ho'oponopono* precisaría que la persona que hubiese cometido el mal acto pidiera disculpas y fuese perdonada. Se rompería el vínculo y, energéticamente, se perdonarían y llegarían a un estado de neutralidad y amnistía. El concepto de que los pensamientos son cosas y que nos afectan siempre ha estado al frente de cualquier discusión, así que creían que cuando alguien pensaba mal de un miembro de la familia, provocaban que este cayera enfermo. Y en efecto, en cuanto esos sentimientos se resolvían abiertamente, la persona empezaba a sentirse mejor y todos podían volver al trabajo. ¿No te parece una idea maravillosa? Ojalá la gente de hoy en día se tomase el tiempo para darse cuenta de cómo afectan sus pensamientos y acciones a los demás. La clave son la bondad y el positivismo. ¡Me encantaría que ahora se hiciesen cosas así! Lo que estás haciendo tú ahora mismo al llevar a cabo los ejercicios de este libro es un paso enorme hacia ese destino.

El siguiente ejercicio es mi versión del proceso antiguo del *ho'oponopono* en el que invitaremos a todos los antepasados y familiares a que se reúnan para una ceremonia de perdón y buenos deseos. Obviamente, tal vez no hayas visto nunca a estas personas, y no pasa nada. El ejercicio te pide que uses la imaginación e invites a las almas de estas personas a que acudan energéticamente para recibir buenos deseos y sanación.

Lo que nos interesa de este proceso es que puede que sucedan cambios en la vida real una vez se dé por concluido. Tal vez un primo lejano te llame de repente, o te enteres de algo de un pariente con el que te peleaste y que de repente quiera disculparse. No sabes lo maravilloso que es que estas cosas sucedan cuando abres tu alma y transmites la luz curativa de la amnistía, la compasión y el perdón.

EJERCICIO

Ve a tu espacio cómodo favorito, siéntate y cierra los ojos. Siente la luz blanca y cariñosa que ya reconoces recorriendo tu cuerpo desde la coronilla, descendiendo hacia tu cuello y hombros y hacia los brazos, muñecas, manos y dedos. Siente que la luz baja por tu columna y se interna en tu corazón, estómago y pulmones al tiempo que también se traslada por tus piernas, rodillas, tobillos y continúa hasta las plantas de los pies. Deja que la corriente de luz se vuelva más fuerte y que se mueva en tu interior como una cascada, llevándose consigo toda la tensión y las preocupaciones y permite que descienda hasta las plantas de los pies, que fluya hasta la tierra, donde se transformarán en luz curativa para el planeta. Muy bien.

La luz se está volviendo tan fuerte que empieza a brotar de tu corazón, creando una preciosa bola dorada de luz curativa que te rodea hasta un metro en todas direcciones. Siente cómo flotas en el interior de esa luz y ten presente que solo podrá atravesarla aquello que te genere el más profundo bienestar.

Encuentra la puerta frente a ti. Puede que se trate de una puerta que ya hayas cruzado antes, o tal vez sea una nueva. De todas formas, ábrela y entra en tu hermosa sala. Este es tu lugar seguro, donde te sientes completamente en paz. Cuando llegues, fíjate que tu ángel o tu espíritu guía te está esperando. Salúdalo y observa lo feliz que está de verte.

Mientras echas un vistazo a la sala, ves una puerta al otro lado que nunca has cruzado. Ve caminando o flotando hasta ella, ábrela e imagina que tu guía o ángel y tú entráis caminando o flotando. Mientras descubres el interior, ves que parece un gran teatro. Cuando bajas la mirada te percatas de que hay un escenario. Ve y encuentra un asiento cómodo. Siéntate. Relájate. Imagina que te sientes totalmente cómodo en este lugar especial y que tu ángel se sienta contigo.

Ahora, mientras observas el escenario, quiero que invites a todos tus antepasados por ambas partes de la familia a que se dirijan caminando al escenario. Este tiene espacio ilimitado, así que todos caben cómodamente. Muy bien.

Primero invita a tus padres; después a tus hermanos y hermanas, tías, tíos, primos, abuelos, parientes lejanos y primos segundos. Una por una sus almas subirán al escenario. Prosigue dejando que el resto suba al escenario y remóntate a las generaciones pasadas. Fíjate en que tus antepasados provienen de hace décadas, siglos e incluso de hace miles de años. Todos han venido a verte.

Tómate tu tiempo y deja que las almas aparezcan. Si sabes qué parte de tu

familia proviene de una parte del mundo, invita a los antepasados de esa región a acompañaros. Ahora se desplazarán deprisa y accederán a venir a verte hoy. Dales la bienvenida.

Dentro de un momento, cuando cuente hasta tres, tus antepasados habrán llegado al escenario. ¿Preparado? Uno, siguen viniendo del pasado. Dos, llegan más y más parientes lejanos y se acomodan tranquilamente en este lugar sagrado. Adelante, continúa, da la bienvenida a sus almas, a las formas superiores de tus antepasados que flotan delante de ti. Y uno, todos han llegado.

Bajas la cabeza para mirar a todos los que se encuentran en el escenario. Notas una enorme sensación de gratitud hacia los antepasados que vivieron antes que tú. Mándales a todos luz curativa y buenos deseos e imagina que recibes su amor de vuelta. ¡Buen trabajo!

Ahora pregúntales si hay alguien que necesite más sanación en este momento. Si es así, imagina que se coloca al frente del escenario. Fíjate en quiénes han dado un paso adelante e imagina que pueden compartir contigo, ya sea contándotelo o mostrándotelo, por qué lo necesitan. Fíjate bien. Deja que tu ángel mande una luz curativa blanca y brillante a esas almas especiales. Permite que la luz se desplace por ellos y se lleve consigo el dolor o los obstáculos emocionales. Muy bien. Ahora imagina que esa luz se extiende más allá de estos antepasados y empieza a cubrir a toda tu familia; cada antepasado, desde el principio de los tiempos hasta ahora, está recibiendo esta luz curativa especial. Fíjate en lo ligeros y felices que parecen ahora y siente como resultado la nueva energía curativa que están recibiendo. Muy bien.

Ahora quiero que imagines que hay un cordón de energía que sale de tu plexo solar o la zona del estómago y te conecta con todas las personas que están en el escenario. Imagina que puedes verlo dividirse en cientos, sino miles de pequeños cordones de luz que conectan con cada uno de tus familiares directos.

Deja que tu ángel traiga un par de tijeras doradas gigantes. Dentro de un momento contaré hasta tres y tu ángel cortará esos cordones y te liberará de las influencias pasadas de tu familia y, al mismo tiempo, le devolverá su energía a cada uno y permitirá que reciban luz curativa. ¿Preparado? Uno, dos y tres, cortamos el cordón.

Tu ángel está cortando el cordón. Fíjate mientras lo corta que hay una luz preciosa que desciende del techo y os cubre a ti y a aquellos que están en el escenario. Todos tus antepasados están recibiendo tus buenos deseos. Se sienten más y más ligeros, más y más felices. Muy bien.

Ahora fíjate que la luz curativa se desplaza hacia tu estómago. Entra en tu

corazón y en tu cabeza, en tus brazos y en tus manos, y fluye por tus piernas y pies. Se adentra en cada célula de tu cuerpo. Las células se vuelven más y más livianas y más y más luminosas. Jamás te has sentido tan bien. Tus antepasados se están volviendo tan ligeros y felices que se elevan sobre el escenario y se marchan flotando. Se sienten sanados, relajados y mejor que nunca. Todos los antepasados, desde el principio de los tiempos hasta ahora, están sintiendo paz.

Cuando estés listo, levántate e imagina que tu ángel y tú vais a salir del teatro y a regresar por la puerta por la que habéis venido. Vuelve ahora a esa hermosa sala desde la que empezaste. Agradece a tu ángel que te haya ayudado hoy e imagina que te manda una ola de amor y luz y se marcha flotando. Recuerda que podrás volver siempre que quieras para reunirte con él.

Cuando estés listo y te sientas más ligero y mejor que antes, cruza caminando o flotando la puerta por la que entraste y regresa al punto de partida. Dentro de un momento, cuando cuente desde cinco, te sentirás mejor que nunca. Cinco, anclado, centrado y equilibrado; cuatro, procesarás e integrarás la nueva energía mientras sueñas para que por la mañana forme parte de ti; tres, te sentirás seguro en todo lo que hagas; dos, te sientes más ligero que nunca, lleno de paz, alegría y confianza en ti mismo; y uno, ¡has vuelto!

• • • • •

¡Lo has conseguido! ¡No sabes cuánto adoro este proceso! Podrás intentarlo siempre que quieras de formas distintas, dependiendo de a quién invites al escenario; y recuerda que enviar luz compasiva a todos tus antepasados provocará cambios increíbles en tu vida. Escribe en tu diario cualquier cosa interesante que hayas visto, escuchado o vivido, y fíjate bien en el mundo real durante las dos primeras semanas. ¿Te han llegado noticias de algún pariente lejano? ¿Sientes que tu familia directa está más calmada? ¡A saber qué pasa! Cortar vínculos te brinda unos beneficios increíbles que podrás cosechar durante años.

Recupera el alma con tus padres

La recuperación del alma es uno de los tipos de sanación más poderosos que se pueden llevar a cabo para solventar las discordancias de tu espíritu, y en él

rescatamos las partes de uno mismo que se han perdido y nos deshacemos del bagaje indeseado que hemos estado soportando por los demás y del que ya no tenemos que preocuparnos.

Cuando hablo de recuperar o devolver cosas, puede que estas sean físicas, como un objeto, o sean lo que yo llamo «virtudes», como la valentía, la fuerza y el poder. Puede que también intercambies sentimientos o cualidades emocionales como el amor, que se puede tanto recibir como devolver.

La faceta más importante de la recuperación del alma es tener la mente abierta y ver qué sucede. Como ya hemos dedicado los dos capítulos anteriores a trabajar junto a tu madre y a tu padre, en este ejercicio te reunirás con ambos a la vez para ver si necesitas recibir o recuperar algo. También podrás buscar en tu forma superior si lo que necesitas dar o recibir ya no te sirve en el viaje de esta vida o para el propósito de tu alma.

Todo lo que diga es poco sobre lo potente que puede resultar este ejercicio. La primera vez que lo puse en práctica, recuperé un trozo de mi corazón, lo cual mejoró mi salud considerablemente. Veamos qué te sucede a ti.

EJERCICIO

Como siempre, acomódate en un espacio seguro y tranquilo y cierra los ojos antes de empezar a respirar hondo. Deja que una luz curativa fluya por tu cuerpo desde la cabeza hasta los pies. Siéntela recorriendo tu columna, tus piernas y pies, y fíjate que empieza a generar una bola de luz dorada en la que puedes flotar. Muy bien. Percibe lo relajado que estás al flotar dentro de esa luz protectora y ten presente que solo podrá atravesarla aquello que te genere el bienestar más profundo.

Encuentra esa puerta tan familiar y ábrela. Adéntrate en la sala. Puede que se trate de una en la que ya hayas estado, puede que sea tu lugar especial o un sitio nuevo. Sea el que sea, recuerda que dentro de esta sala estás seguro y a salvo, y que todo va bien. Fíjate que al otro lado hay otra puerta y tus padres la están cruzando en este momento. Salúdalos y fíjate en lo relajados que parecen después de haber vivido tantas experiencias sanadoras contigo. Se alegran de verte. Siente el amor incondicional que te profesan. ¡Buen trabajo!

Primero vuélvete hacia tu madre. Imagina que le puedes preguntar si tiene algo que te pertenece. De ser así, haz que te lo ofrezca sobre las manos. Imagina que puedes verlo. ¿Es un objeto? Si es así, ¿qué es? ¿O es un tipo de energía

como el amor, la valentía, la confianza u otra cosa? Fíjate bien y siéntelo. Si tu madre necesita decirte algo sobre lo que está a punto de darte, deja que lo haga. Escúchala y tómate el tiempo que necesites.

Dentro de un momento, cuando cuente hasta tres, recogerás lo que tu madre tenga para ti. ¿Preparado? Uno, dos, tres, lo recoges y lo guardas en tu corazón. Imagina que se adentra en él, que baja por tu estómago, por tus pulmones, que llega hasta tus piernas y tus pies y asciende hacia el cuello, los hombros, los brazos, las manos y tu mente. Observa que la luz curativa vuelve a descender desde tu coronilla y te ayuda a integrar la energía de lo que tu madre te ha dado. Dicha luz curativa se vuelve más brillante y ligera hasta que te sientes mejor que antes. Muy bien.

Ahora imagina que puedes mirar en tu interior y fijarte en si tienes algo que pertenece a tu madre. Podría ser amor u otra cosa. ¿Culpabilidad? ¿Valentía? ¿Miedo? O puede que se trate de un objeto. Ábrete a aquello que se te pase por la cabeza. Sea lo que sea, ofréceselo con las manos, fíjate en lo que es y dile a tu madre por qué ya no lo necesitas. Tal vez nunca fue tuyo, o quizá ya haya servido su propósito. O puede que simplemente le estés mandando amor. Sea lo que sea, dile qué es y por qué lo va a recibir ahora.

Dentro de un momento, cuando cuente hasta tres, le entregarás a tu madre aquello que te ha salido darle y ella lo recibirá voluntariamente. Uno, dos, tres, se lo entregas y observas cómo tu madre introduce esa energía en su corazón. Fíjate que cuando lo hace se vuelve más y más ligera y feliz. Muy bien. Percibe lo ligero que te sientes ahora que ya no te aferras a eso y deja que la luz curativa siga ayudándoos a ambos.

A continuación, vuélvete hacia tu padre y haz lo mismo. Pregúntale si tiene algo que te pertenece. Si es así, imagina que lo puede poner sobre sus manos. Fíjate en lo que tiene para ti y, si quieres, tómate tu tiempo y habla con tu padre; deja que te explique por qué te lo da ahora. Cuando estés listo, recógelo. Cuando cuente hasta tres, lo recogerás. Uno, dos y tres, lo recoges y lo guardas en tu corazón. Deja que la luz curativa fluya desde tu coronilla hasta el corazón, que te ayudará a transmitir esta energía a todas las células de tu cuerpo. Te volverás más y más ligero y feliz.

Ahora mira en tu interior. ¿Tienes algo que le pertenezca a tu padre? ¿Sí o no? Si la respuesta es no, no pasa nada, pero si es que sí, extiéndelo sobre las manos. Tal vez se trate de algo tan simple como el amor, o sea un objeto o una virtud como la fuerza o la valentía. Sea lo que sea, puedes explicárselo. Cuando lo tengas en las manos, contaré desde tres y tu padre lo recogerá. ¿Preparado? Uno, dos y tres, lo recupera. Cuando lo hace, la luz curativa fluirá en el interior de

ambos, aliviándoos y haciendo que os sintáis mejor ahora que sois conscientes, y estáis en paz y en armonía. Buen trabajo. Te sientes mucho más ligero que antes. Imagina que puedes sentir esta nueva luz energizante al desprenderte de lo que ya no necesitas y al recibir algo especial por parte de tu padre.

Fíjate que ahora la luz curativa está bañando a toda tu familia. Tus padres y tú os volvéis más y más ligeros y felices y toda tu familia se siente mejor que antes gracias a esta nueva energía que has recibido. Agradece a tus padres que te hayan acompañado en este proceso hoy y, cuando estés listo, observa que regresan por la puerta por la que han entrado. Absorbe toda la energía que necesites para sentirte renovado y, a continuación, date la vuelta y cruza la puerta por la que has llegado.

Te encontrarás en el punto de partida. Cuando cuente desde tres, volverás en ti sintiéndote mejor que nunca. Tres, anclado, centrado y equilibrado; dos, procesarás e integrarás la nueva energía mientras sueñas para que por la mañana forme parte de ti; y uno, ¡has vuelto!

• • • • •

¿Qué tal te ha ido? ¿Has reconocido las cosas con facilidad? ¿Las has podido ver o tus padres te han hablado de ellas? ¿Qué has entregado? ¿Qué te han dado tus padres? ¿Te ha sorprendido? ¿Cómo crees que cambiará la dinámica de tu familia tras esta sanación? ¿Has recibido algo que hayas visto o en lo que hayas pensado antes o te ha sorprendido lo que te han entregado? Apunta todo en el diario para que te ayude a aclararte. Me han contado casos en los que lo que se devolvían eran reliquias familiares que los mismos parientes confirmaban. Quién sabe, puede que puedas confirmarlo más adelante hablando con tus padres en persona o tras investigar. Recuerda que los milagros existen, así que ábrete a recibir los buenos deseos que el universo tiene para tu familia y para ti.

Revierte una maldición familiar

En un apartado anterior del libro has visto que varios clientes creían estar bajo los efectos de una maldición familiar. Que creas tú o no en ellas es irrelevante para los que sí. La gente se malogra fácilmente cuando creen estar bajo los

efectos de un maleficio. Puede que cueste creerlo. Puede que, en el subconsciente, si tu tía excéntrica hizo algún comentario sobre una temible maldición familiar cuando eras niño, esa idea se haya quedado latente y pueda provocar un caos indeseado en tu vida. Así que, si te ha pasado algo así, este viaje te resultará interesante. Si no, el viaje confirmará que no estás bajo el influjo de ninguna maldición.

En teoría, puede que ya hayas descubierto algo en alguna experiencia previa, pero para este ejercicio te reunirás con tus padres y les preguntarás si conocen de algún encantamiento que afecte a todo su árbol genealógico. Podrás repetir el ejercicio con ambos. Espero que te brinde sanación, nueva información y una solución.

EJERCICIO

Estás sentado o tumbado en tu sala especial, tranquilo. Inspira y cierra los ojos. Siente que la luz curativa se desplaza por tu cuerpo y te rodea con una bola de luz protectora. Ten presente que solo podrá traspasarla aquello que te suponga un mayor bienestar. Cruza la puerta y entra en tu sala especial. Fíjate en que tus padres ya se encuentran allí, esperándote. Salúdalos. Observa lo mucho que se alegran de verte. Muy bien.

Los tres os habéis reunido para tratar un tema importante, así que pregúntales: ¿alguno de vosotros dos tenéis una maldición en vuestro árbol genealógico que nos está afectando en el presente?

Espera su respuesta. Ten presente lo primero que se te pase por la cabeza. Si ambos te dicen que no, entonces tómate tu tiempo y habla con ellos sobre cualquier cosa importante de la que quieras hablar, y después termina el viaje. Si alguno responde que sí, imagina que la otra persona toma asiento. Ve con quien crea que hay una maldición en su familia. Fíjate que se abre una puerta y tu progenitor o progenitora y tú empezáis a flotar por el espacio y el tiempo. Sobrevolad las vidas de vuestros antepasados. Ambos viajaréis hasta el suceso de origen, el momento en el que empezó esta maldición. Cuando cuente hasta tres, llegaréis. Uno, regresáis flotando; dos, más y más lejos; y tres, habéis llegado. Ve allí, ya. Imagina que una burbuja de luz os rodea y flotáis sobre esos sucesos. Fíjate en lo que está sucediendo.

¿Qué año es? Di lo primero que se te pase por la cabeza. ¿dónde estáis? ¿Quién forma parte de la maldición? ¿Cómo se originó? Si tu antepasado hizo daño a alguien, ¿podrías ir a hablar con la persona o personas a quienes hirió y

disculparte por él o por ella? Fíjate si están dispuestos a aceptar las disculpas o imagina que tu antepasado puede mostrarse verdaderamente arrepentido y preguntar qué puede hacer para enmendar las cosas.

Tómate tu tiempo y fíjate bien. Mientras lo habláis, imagina que puedes mandar amor y luz incondicionales a todos los que están involucrados. Descubre qué necesitan las otras personas para liberar a tu familia y a ti de esta energía, y ten presente que hablas con las formas superiores de las personas involucradas. A nivel espiritual, imagina que todos se muestran abiertos y dispuestos a liberar esa energía, así que hazlo ya. Fíjate que una luz curativa cae desde arriba y os cubre a todos para liberaros de las cadenas del pasado. Tu progenitor y tú os volvéis más y más ligeros y felices y os eleváis hasta alejaros de estos sucesos. Descubriréis que volvéis flotando al día de hoy pero siempre y cuando los sucesos entre ese momento y el presente hayan sanado. Sé consciente de que seguís bañados en la luz protectora hasta que regresáis a la sala en la que empezasteis sintiéndoos más ligeros y mejor que nunca.

Agradece a tu padre o madre que te haya ayudado hoy e imagina que ambos agradecen tu ayuda. Fíjate que los tres estáis mucho más ligeros y felices y que os sentís mucho mejor gracias a esta sanación. Despídete de ellos y recuerda que estarán a tu lado siempre que quieras reunirte con ellos. Siente su amor incondicional mientras vuelves flotando por la puerta por la que entraste. Todavía te rodea la bola de luz protectora. Dentro de un momento contaré desde tres y volverás sintiéndote despierto, renovado y mejor que nunca. Tres, procesarás e integrarás la curación mientras sueñas para que por la mañana forme parte de ti; dos, anclado, centrado y equilibrado; y uno, ¡has vuelto!

• • • • •

¿Has sido capaz de revertir la maldición o el maleficio del pasado? Si es así, ¿de qué parte de la familia ha sido? ¿Qué fue el causante? Quizá sea bueno que anotes las respuestas. Si tu antepasado le hizo daño a alguien que lo maldijo, ¿has sido capaz de solucionar las transgresiones de tu antepasado y de enmendar la situación? Si la respuesta es sí, ¿cómo has podido hacerlo? ¿A qué obstáculos os habéis enfrentado tu familia y tú a consecuencia de esta maldición? Asumiendo que todo está perdonado, ¿crees que te ayudará a pasar página en la vida? ¿De qué manera?

Presta atención a las pequeñas cosas que sucedan en los próximos días, semanas y meses. Fíjate si puedes ver algún cambio a mejor como resultado de

la sanación.

Viaja para reunirte con un antepasado

El siguiente ejercicio es muy divertido. Soy una fiel defensora de trabajar con guías espirituales, ángeles y asistentes, incluso amigos que están en el más allá y pueden ayudarte con tu rutina. ¿Y si, ahora que dispones de más información sobre tu linaje, convocas a tus antepasados para que te ayuden con ciertas tareas o te ayuden en el futuro? Con el siguiente ejercicio tendrás la oportunidad de hacer exactamente eso.

Si ya has usado Ancestry.com y tienes en mente algún antepasado que sabes que ha pertenecido a tu familia, genial. También podrás usar este viaje para contactar más de cerca con alguien que apareciera en una sesión anterior. Deja que suceda lo que te brinde un mayor bienestar y puede que hasta te sorprendas de quién aparece en ello. Hagas lo que hagas, pregúntales. Es importante que, en cuanto te den información, te quedes con lo mejor y deseches el resto, porque su consejo será igual que como fueran ellos cuando estaban vivos, o como siguen siéndolo ahora. Hace años escuché que una vidente decía algo parecido sobre el hecho de contactar con el espíritu de una persona fallecida. Es probable que sean igual de inteligentes que cuando estaban vivos. Sin embargo, es un proceso entretenido, así que tómatelo con filosofía y disfruta del viaje.

EJERCICIO

Siéntate quieto, empieza a respirar y cierra los ojos mientras te relajas y dejas que la luz curativa llegue hasta cada célula de tu cuerpo y forme un escudo protector en torno a ti. Solo podrá atravesarlo aquello que te brinde bienestar. Atraviesa la puerta y fíjate en que tu espacio seguro se transforma hasta que descubres que estás en un lugar y un tiempo distintos que le resultan familiares a tu antepasado. Echa un vistazo alrededor y fíjate en que tu antepasado ha venido para reunirse contigo. Agradéceselo y pregúntale si tiene algún consejo que le gustaría compartir contigo que tal vez pueda ayudarte en la vida.

Tómate tu tiempo, deja que diga lo que necesite y, si lo precisas, pídele cualquier aclaración sobre el consejo que te esté dando.

(Se hace una pausa).

¡Muy bien! Cuando estés listo, agradécele la visita, date la vuelta y vuelve por la puerta por la que entraste. Estás a salvo, aún te rodea la luz cariñosa, y volverás cuando cuente desde tres. Tres, procesarás e integrarás la curación mientras sueñas para que por la mañana forme parte de ti; dos, anclado, centrado y equilibrado; y uno, ¡has vuelto!

• • • • •

¿Te has reunido con la persona que querías o ha aparecido otra persona? ¿Qué ha pasado? Estaría bien que describieses en tu diario la conversación y anotaras los detalles de dónde estabas. ¿Te ha gustado y agradeces el consejo? ¿Ha valido la pena escucharlo? Si no, ¿por qué crees que te lo ha dado? Tal vez descubras que tiene un significado más profundo que esté relacionado con otra persona del linaje de tu familia que necesite sanar. Si el consejo te ha resultado útil, ¿por qué? ¿De qué manera puedes poner en práctica esta información para seguir delante de forma significativa?

Con cualquier tipo de información intuitiva, si hay una moraleja positiva, el tiempo habrá estado bien invertido. Y aunque parezca que no te ha servido, te habrás llevado lecciones que podrían guiarte en el futuro.

Viaja al inicio de tu árbol genealógico

Cuando hablamos de la sanación transgeneracional, otro aspecto interesante es pensar en las personas que serán el final de su estirpe, lo que significa que no tendrán hijos o no habrá generaciones venideras más allá de ellos.

Yo soy una. Después de un episodio de endometriosis en grado cuatro cuando tenía treinta años, no he podido tener hijos, y por lo tanto, soy la última de mi estirpe. Aunque nunca he querido tenerlos en esta vida, sentirse la última de tu linaje es, cuanto menos, interesante.

¿Qué responsabilidades tienes al ser el último de tu linaje en lo que respecta a ayudar energéticamente a la familia a sanar más allá del karma? Eso algo que me pregunto de vez en cuando. ¿Y si pudiera ayudar a todos mis antepasados a sanar de transgresiones del pasado que afectarían a todos mis parientes y a los familiares de mi vida actual? Es algo a lo que le he estado

dando vueltas de tanto en tanto. No tener hijos puede ser una decisión empoderada, pero para muchas personas la limitación se convierte en un gran problema y en la fuente de infelicidad y trastornos. Incluso a mí, hace años, me costó lidiar un tiempo con eso. Al final llegué a un punto en que decidí acogerme a que todo pasa por una razón, y ya estoy en paz con ello.

Si estás en la misma situación que yo por alguna razón, este viaje es para ti. Tal vez te pase que, como a mí, nunca quisieses hijos, o que debido a una razón médica no puedas tenerlos, como yo. Sea como sea, espero que te brinde paz y te ayude a aceptar tus circunstancias.

EJERCICIO

Siéntate en tu silla especial o en tu espacio seguro y cierra los ojos. Inspira. Deja que una luz curativa fluya desde tu coronilla y descienda por la columna, por los brazos y manos y hacia tus piernas y pies. Permite que la luz te rodee un metro en todas direcciones y recuerda que en el interior estás protegido, a salvo y sin preocupaciones, y que solo podrá atravesarla lo que te genere un mayor bienestar.

Fíjate en la puerta delante de ti. Crúzala ahora y llegarás a tu hermosa sala, ese espacio de felicidad en el que te sientes en paz, tranquilo. Muy bien.

Imagina que puedes reunirte con tu ángel o tu guía espiritual, que conoce todo lo que hay que saber sobre tu alma y su viaje. Como siempre, siente el amor y el respeto tan grandes que te tiene.

Desde este espacio sagrado y protegido, habla con tu ángel sobre tu situación y el hecho de que no tienes hijos. Tómate tu tiempo para explicarle lo que piensas y sientes sobre tu vida.

(Se hace una pausa).

Cuando estés listo, pídele a tu guía especial que te explique que tu vida forma parte del propósito de tu alma y de su viaje en esta vida. Tómate tu tiempo para escucharlo todo y comprender lo que tu ángel te está explicando.

(Se hace una pausa).

¿Cuál es el propósito de tu alma? ¿Cómo afecta el hecho de que seas el último de tu estirpe a lo que has venido a aprender espiritualmente? Imagina que ahora te resulta fácil descubrir la respuesta. ¡Bien hecho! ¿De qué manera está incluida tu situación en el acuerdo espiritual que tienes con tu familia en esta vida? ¿Cómo puedes aprovecharlo para ayudar a tu familia y a ti mismo para siempre?

Imagina que puedes tomar de la mano a tu ángel o a tu guía y ambos empezáis a flotar. Os eleváis hacia el cielo, salís de la sala, y ascendéis más y más arriba. Tan alto que os encontráis sobre un precioso rayo de sol que representa la línea del tiempo. Ten presente que mientras tú buscas en el pasado, verás las experiencias y sucesos que vivieron tus antepasados. Siente la energía del pasado mientras la albergas en tu interior; eres la última persona de tu linaje. Muestra orgullo de formar parte de él.

Dentro de un momento, tu ángel y tú viajaréis al pasado flotando y visitaréis sucesos previos que les ocurrieron a todos los miembros de tu distinguida estirpe. Enviarás una brillante luz curativa a todos lo que te preceden para sanarlos y transformarlos. ¿Preparado? Ve al pasado flotando, más y más atrás. Imagina que puedes trasladarte al principio de tu linaje por muy lejano que parezca. Cuando cuente hasta tres, llegarás. Uno, retrocedes en el tiempo flotando; dos, más y más lejos; y tres, ¡has llegado! Ve allí, ya, al principio de los tiempos.

Fíjate en cómo empieza tu linaje. ¿Quién es la primera persona? ¿Por qué eligió tu alma esta familia de entre todas las que podría haber formado parte? ¿Qué lecciones estás aprendiendo? ¿Por qué has elegido ser el último de tu estirpe? Siente el empoderamiento y la energía que tienes al elegir un papel tan importante para tu linaje.

Ahora toma de la mano a tu ángel o guía y vuelve flotando al presente en una velocidad que te permita sentir toda la energía y lecciones que tu alma está aprendiendo al formar parte de tu clan. ¿Preparado? Vuelve al presente flotando y envía una luz curativa a todos.

Puede que veas que hay ramas de tu familia en las que otros parientes han tenido hijos. Transmite esa luz a todos aquellos que compartan lazos familiares contigo. ¡Buen trabajo! Cuando cuente desde tres, volverás al presente. ¿Preparado? Tres, vuelves flotando al presente mientras envías una luz curativa a todos; dos, iluminas el pasado y a todos aquellos de tu linaje; y uno, has vuelvo hasta sobrevolar el día de hoy.

Verás que puedes echar un vistazo al futuro de tu familia; tal vez sientas a otros parientes con hijos y cómo la sanación les ayudará en el futuro. Observa que esta sanación ayuda a todos los miembros de tu familia aportando más luz a su rutina y, por lo tanto, causando un impacto positivo aún mayor en las personas a su alrededor. ¡Buen trabajo!

Toma a tu guía de la mano y descended flotando, atravesando las nubes. Volveréis a la sala desde la que empezasteis; aún estáis rodeados de luz curativa, así que recuerda que estáis tan a salvo y protegidos como siempre.

Tómate un momento para hacerle más preguntas a tu guía sobre tu papel y aquello que has accedido a hacer para tu familia. Cuando estés listo, dale las gracias e imagina que se marcha flotando. Recuerda que siempre podrás regresar para enterarte de más cosas más adelante.

Cuando estés preparado, cruza la puerta y llega hasta el punto de partida. Dentro de un momento, cuando cuente desde cinco, volverás a estar consciente y te sentirás más empoderado y mejor que nunca. Cinco, anclado, centrado y equilibrado; cuatro, te sientes mejor que antes, procesas y entiendes el papel tan importante que tienes en tu familia; tres, te mueves y haces todo con seguridad; dos, integras la nueva energía mientras sueñas para que por la mañana forme parte de ti; y uno, ¡has vuelto!

• • • • •

¿Qué tal ha ido el viaje? Espero que hayas encontrado más información que te ayude a entender lo importante que eres para la gente que has elegido como tu familia en esta vida. Tengo la sensación de que tu familia agradece tu disposición para ser el último de tu estirpe y reunir karma para llevar a cabo una sanación colectiva para todos. ¡Buen trabajo!

Visita a las generaciones futuras de tu familia

¿Te has preguntado alguna vez cómo será tu familia en el futuro? Ya puedas tener hijos o no, es probable que tengas primos u otros parientes que continúen con el linaje, así que sigues conectado a las generaciones del futuro de una forma significativa. Cuando sanas el pasado, especialmente al nivel que hemos trabajado en este libro, en teoría sanas toda la línea temporal: pasado, presente y futuro. Al enviar luz curativa al pasado creas un efecto dominó que afectará positivamente tus relaciones en el futuro.

En esta experiencia tendrás la oportunidad de trasladarte a un futuro más allá de esta vida en el que verás los efectos de tu trabajo en las generaciones futuras de tu familia. Es extremadamente interesante y te podrá mostrar lo importante que es que sanemos, nos liberemos y dejemos atrás el pasado para el beneficio de los seres humanos.

EJERCICIO

Siéntate en tu sillón cómodo, cierra los ojos e inspira con tranquilidad y sanando. Muy bien. Percibe la luz cariñosa que emana de tu cuerpo y deja que forme un escudo protector a tu alrededor en todas direcciones. Flota en su interior sabiendo que estás protegido, a salvo, y que todo va bien.

Fíjate en la puerta delante de ti y ábrela ahora. Entrarás en una sala tranquila. En cuanto lo hagas, se abrirá una puerta al otro lado de la sala y aparecerá uno de tus progenitores. Imagina que aparece tu madre o tu padre. Fíjate bien en quién es, la primera persona que se te pase por la cabeza. Muy bien. Imagina que tu progenitor te pide que te embarques en la misión de visitar a las generaciones futuras de su parte de la familia.

Toma a tu progenitor de la mano y flota hacia la puerta por la que ha entrado. Ve con él o ella ahora, cruza la puerta y te encontrarás flotando entre las nubes y sobre un haz de luz. Estás flotando sobre el día de hoy. Dentro de un momento, cuando cuente hasta tres, tu progenitor y tú viajaréis más allá del tiempo actual hasta un momento del futuro en el que os reuniréis con algunos miembros de la familia. ¿Preparado? Uno, dos y tres; avanzáis en el tiempo, más y más lejos, más allá de nuestra vida y hacia un suceso en el futuro. Cuando cuente hasta tres, llegaréis al suceso más importante al que debes acudir en este momento. Uno, dos y tres, ya estás allí. Desciende desde las nubes y ve allí, ya. Fíjate en lo que está sucediendo.

¿Qué año es? Di el primero que se te pase por la cabeza. ¿Dónde estás? ¿A quién ves? ¿Eres su antepasado? Muy bien. Ahora imagina que puedes hablar con quienquiera que haya aparecido y pídele que te explique la información que precisas saber.

Escucha lo que dice y pregúntale si hay algo que te concierne que podría ayudarle a tener una vida mejor. Pregúntale más cosas y dale las respuestas que necesita. Deja que tu progenitor también participe si necesita añadir información. Tómate tu tiempo.

Cuando acabéis, agradécele a tu pariente que haya hablado contigo e imagina que os podéis mandar buenos deseos y luz. Despídete, coge a tu progenitor de la mano y elevaos flotando hacia las nubes, volviendo en el tiempo deprisa hasta encontrar la puerta por la que llegasteis. Flotad sobre el día de hoy, cruzadla y volveréis a la sala donde os reunisteis tu progenitor y tú.

Agradécele que te haya ayudado en el viaje, despídete y observa cómo se marcha flotando. Date la vuelta, atraviesa tu puerta y volverás al punto de partida. Dentro de un momento, cuando cuente desde tres, volverás sintiéndote

más despierto, renovado y mejor que antes. Tres, anclado, centrado y equilibrado; dos, procesarás e integrarás la información mientras sueñas para que por la mañana forme parte de ti; y uno, ¡has vuelto!

• • • • •

¿Cómo te has sentido al conocer a los futuros miembros de tu familia? ¿Qué te han dicho? ¿Has visto de qué manera los ha ayudado en el futuro sanando a tus antepasados? ¿Cómo les puedes ayudar ahora? Asegúrate de escribir la experiencia y recuerda que, si esta vez has visitado a la familia de tu madre, por ejemplo, siempre podrás volver y repetir el ejercicio con la de tu padre.

Ilumina el pasado

Otro ejercicio que acompaña lo que has estado practicando a lo largo del libro implica simplemente enviar luz curativa al pasado tanto por parte de madre como de padre sin tener que trasladarte a ningún suceso en concreto. Te preguntarás cómo podría ayudar algo así, pero créeme, ¡sí que ayuda! Llevo años realizando este ejercicio de forma periódica y he visto que los miembros de mi familia parecen más tranquilos y relajados cuando lo termino. La forma superior de cada miembro de la familia se beneficia del trabajo espiritual que desempeñas. Este es un ejercicio tremendamente fácil y en el que no se tarda mucho. ¿Preparado?

EJERCICIO

Encuentra tu sala especial para los ejercicios internos y cierra los ojos. Deja que la luz curativa se desplace por tu cuerpo desde la cabeza hasta los pies, emanando de tu corazón. Fíjate en que la luz te rodea hasta formar un escudo protector de luz dorada y curativa. Recuerda que solo podrá atravesarla aquello que te genere el mayor bienestar.

Atraviesa esa puerta tan familiar que has cruzado tantas otras veces. Te encuentras en tu sala sintiéndote tranquilo, feliz y seguro. Tal vez te percates de que tu ángel ha venido para acompañarte. Salúdalo y fíjate en la puerta que has

cruzado muchas veces antes de realizar sanaciones para tus padres. Imagina que la ves. Camina o flota hacia ella y recuerda que detrás hay una energía que representa la línea temporal de todas las almas del lado paterno de la familia. Ábrela e imagina que tu ángel y tú podéis flotar deprisa hasta el principio de los tiempos en el árbol genealógico por parte de padre, hasta un tiempo antes de que ningún miembro de ella existiera físicamente. Cuando cuente hasta tres, llegarás. Uno, empiezas a flotar; dos, más y más atrás; y tres, ¡has llegado! Ve allí, ya, y siente el afecto del vacío, de todo cuanto hay. Muy bien. Ahora desplázate desde estos inicios hasta el día de hoy y envía una luz curativa y transformadora a todas las personas y sucesos desde el principio hasta ahora. Flota deprisa y, cuando cuente desde tres, llegarás al día de hoy. Tres, avanzas en el tiempo; dos, ves que todos los sucesos sanan y se alinean; y uno, ¡has vuelto!

A continuación, tu ángel y tú volveréis a dirigiros al pasado flotando, solo que esta vez serás testigo de todos los sucesos que han ocurrido a los familiares por parte de madre entre el principio de los tiempos y hoy. Adelante, regresa al pasado deprisa y recuerda que esta energía representa la línea temporal para todos los miembros de tu familia materna. Uno, flotas hasta el pasado; dos, muy rápidamente; y tres, has llegado al principio de los tiempos. Ve allí, ya. Estás en el vacío del todo. Siente la increíble energía de la nada y, con la ayuda de tu ángel, empieza a regresar al presente mientras envías una luz curativa y cargada de amor a todos los acontecimientos entre el principio y ahora. ¿Preparado? Avanzas en el tiempo, cambiando y transformando a todas las almas de tu árbol genealógico, queriendo y sanando a todos aquellos que te precedieron. Cuando cuente desde tres volverás a la puerta desde la que viniste. Tres, flotas por el tiempo deprisa; dos, viajas hacia el presente; y uno, has llegado a la puerta. Muy bien.

Ahora crúzala y vuelve a tu sala especial. Dale las gracias a tu ángel por haberte ayudado y recuerda que puedes repetir este ejercicio cuando quieras para reforzar el apoyo a tu familia para siempre. Siente el amor poderoso e incondicional que tu ángel te prodiga mientras se marcha flotando.

Cruza la puerta por la que entraste flotando y deja que la luz cargada de amor y tranquilidad proveniente de este viaje te envuelva. Cuando cuente desde tres, volverás sintiéndote mejor que antes. Tres, anclado, centrado y equilibrado; dos; y uno, ¡has vuelto!

• • • • •

¿Te ha gustado? En cuanto te acostumbres a imaginar el pasado, podrás completar el proceso mucho más rápido que lo que hemos hecho ahora. A menudo me tomo un momento para mandar luz a ambas partes de la familia. Sanar se basa en centrar tu atención, así que siempre y cuando estés concentrado, apenas tardarás en causar un impacto. Te reto a que practiques este proceso cada día durante una semana, apenas durante uno o dos minutos, y verás lo que sucede. Recuerda, puede que no veas cambios drásticos, pero sí que percibas una energía más tranquila en torno a tus seres queridos. ¿Qué hay mejor que eso? Cuando ayudamos a sanar a los demás, pasamos a ser mejores.

Envía luz a tu familia: pasado, presente y futuro

Me adelanto al futuro: estás haciendo un fantástico trabajo enviando sanación y comprensión a tu árbol genealógico. ¡Felicidades! Al principio del libro he mencionado brevemente que podrías darle un regalo maravilloso a tu familia enviando luz a todo tu linaje diariamente. Con este último ejercicio trabajaremos eso de mandar una gran cantidad de luz y amor a aquellos que están conectados contigo en el pasado, en el presente y en el futuro. Este viaje es una extensión del pasado de tu familia hasta generaciones futuras. Mientras lo practicas, también he incluido otra sección en la que podrás enviar luz y buenos deseos al planeta en su totalidad. Si todo el mundo se tomase un minuto o dos en bendecir a todo aquello que les rodea, ¡lo que podríamos conseguir sería ilimitado! Por el bien de la alegría y de la paz, comencemos.

EJERCICIO

Acude a tu sala familiar y cómoda, inspira tranquilamente y en armonía y deshazte de cualquier tensión. Al respirar te sientes más relajado y cierras los ojos.

Inspira varias veces más para sentirte mejor y deja que una preciosa luz se forme sobre tu cabeza, rodeándote y desplazándose a todas y cada una de las células de tu cuerpo. Siente la energía curativa de esta luz y recuerda que estás guiado y protegido. Muy bien. Ahora fíjate en la puerta y crúzala ya.

Te encontrarás dentro de un estadio. Mira hacia el escenario debajo de ti e

imagina que se llena de todos tus antepasados, los miembros de tu actual familia y todos aquellos de las generaciones futuras. Mientras se reúnen observa que hay espacio ilimitado, así que todo el mundo cabe perfectamente y es bienvenido. Una luz preciosa cae desde arriba y sana y alivia a todos, bendiciéndolos. Fíjate en que, a medida que se desplaza por tu familia, estos se sienten más ligeros y felices. Ese haz de luz blanca va más allá del estadio y empieza a iluminar a todo el mundo. Imagina que puedes sentir la luz rodeando la tierra y a todos los seres que viven en ella, bendiciéndolos y sanándolos. Deja que la sanación continúe y tómate tu tiempo disfrutando de esta experiencia.

Siente todas las células de tu cuerpo relajándose y expandiéndose; sanando y transformándose; conectándote con todo el mundo y todas las cosas. Buen trabajo.

Cuando estés listo, llévate esa luz contigo. Imagina que los miembros de tu familia te saludan y te agradecen haber estado ahí hoy. Cuando estés listo, date la vuelta y regresa por la puerta. Te encontrarás de regreso en el sitio donde empezaste mientras la luz curativa aún te rodea. Recuerda que solo podrá atravesarla aquello que te genere el mayor bienestar. Cuando cuente desde tres, volverás tan rápido como te permita la luz que transforma el mundo y todo a tu alrededor. Tres, mandas tranquilidad y luz curativa a todos los seres; dos, sigues enviando buenos deseos, y recuerda que tú también los tienes; y uno, anclado, centrado y equilibrado, abre los ojos ahora. ¡Has vuelto!

• • • • •

¿Cómo te sientes? La experiencia apenas dura unos minutos, pero no te imaginas el bien que haces al enviar luz a todos. Ten presente que puedes repetir este ejercicio todos los días si hace falta, o cuando quieras sentir una conexión con el mundo y arrojar tu luz sobre él.

Conclusión

Me hace muchísima ilusión terminar este libro después de haber llevado a cabo regresiones transgeneracionales durante años en mi consulta privada. Espero que *Sana a tus antepasados para sanar tu vida* te haya vuelto más consciente de que la relación profunda que nos une a nuestra familia yace cerca de la superficie de nuestra mente para que una sanación real y sustancial pueda acaecer entre familiares. Toda sanación es sumamente necesaria por el beneficio de un bien mayor, y ahora más que nunca. Espero que los casos prácticos y los viajes guiados te hayan brindado comprensión y compasión, e incluso que hayan solventado los problemas de tu vida para que puedas seguir adelante en un estado de mayor felicidad.

De joven, cuando yo misma busqué ayuda para recuperarme de la pena y de otros problemas, miré hasta debajo de las piedras y vi que, de todas las modalidades que probé, la regresión fue la que más me sirvió. La investigación de vidas pasadas nos resulta muy útil a la hora de llegar hasta la fuente de los sucesos desagradables y, aun así, a veces, sigue quedando trabajo por hacer. Los problemas persistentes a los que nos enfrentamos pueden resolverse no solo trabajando en nuestra sanación personal, sino también centrándonos en la intención de querer que las personas más cercanas a nosotros estén bien. Lo emocionante es que, en vez de tropezarse sin querer con esta idea durante una regresión, tú mismo puedes decidir hoy y de forma consciente ayudar a tus antepasados. Te prometo que no existe un alma viva en este planeta que no tenga al menos un antepasado que haya sufrido enormemente. Pensar que podemos elegir ayudar a nuestros antepasados a ese nivel de profundidad es algo fascinante, si me permites el comentario.

Para que nuestro mundo sea el lugar que deseamos que sea, debemos extender amabilidad y compasión hacia los demás. Cuando somos benevolentes con los extraños, a menudo nos tachan de ser personas

maravillosas y nobles. Mirar por nuestros familiares implica un poco más de intención y determinación por nuestra parte. Investigar conscientemente el sufrimiento de nuestra familia, siendo lo suficientemente conscientes como para preguntarnos a nosotros mismos si esa angustia que estamos experimentando en nuestra vida diaria puede estar provocada por algún problema heredado, crea un cambio positivo en nosotros. El hecho de ayudar a los nuestros implica un gran coraje y determinación. La recompensa es abundante y duradera cuando nos tomamos el tiempo de arrojar luz sobre los demás.

Está demostrado que todos estamos conectados. En algún momento de nuestro pasado, todas las personas, sin importar la raza o el género, se originaron de la misma nebulosa cósmica que creó el universo conocido. Y aun así nos separan muchísimas cosas. Mi esperanza es que *Sana a tus antepasados para sanar tu vida* te haga abrir los ojos a esa profunda conexión que todos compartimos; no solo con nuestros propios antepasados, sino con todas las personas, para que las próximas generaciones puedan beneficiarse de la intención de sanar que hayas puesto en tu futuro, aún por descubrir.

La sanación empieza con cada persona de forma individual. Al completar los ejercicios del libro y extender una luz cargada de compasión hacia tus antepasados y familiares, te vuelves parte de la solución y ayudas a conseguir enormes avances en la sanación de la consciencia colectiva y de toda la humanidad. ¿Y si pudiéramos cambiar el curso de la historia para mejor dedicándonos a dicha sanación? No puedo prometer que eso ocurra, por supuesto, y, aun así, ¿por qué no pensar a lo grande? ¿Qué tenemos que perder? Merece la pena el tiempo y el esfuerzo por el bien de conseguir una paz interior y felicidad propias, así como por el bien mayor de todos los seres vivos.

La regresión transgeneracional tiene el potencial de afectarte no solo a ti, sino también a todos los miembros de tu familia, en el pasado, el presente o el futuro, y a la vez beneficia indirectamente a todas las almas que puedan convertirse en tu familia en el día a día. Al fijar la intención colectiva de repartir amor y buenos deseos a todos los seres vivos, nuestras decisiones positivas crearán un efecto dominó a través del tiempo y dejarán un legado duradero para las generaciones futuras. ¡*Namasté*!

Bibliografía

Anthony, A. (29 de septiembre, 2018). So Is It Nature Not Nurture After All? *The Guardian.* https://www.theguardian.com/science/2018/sep/29/so-is-it-nature-not-nurture-after-all-genetics-robert-plomin-polygenic-testing.

Biblia. Versión Autorizada del Rey Jacobo. (2015). (Ed. inglesa). (Lea edition). Cambridge University Press.

Chater, K. (2007). *Tracing Your Family History: How to Get Started*. Hermes House.

Christian, P., & Annal, D. (2008). *Census: The Family Historian's Guide*. Bloomsbury Publishing.

Hendrickson, N. (2018). *Unofficial Guide to* Ancestry.com: *How to Find Your Family History on the #1 Genealogy Website*. Family Tree Books.

Ikels, C. (2004). *Filial Piety: Practice and Discourse in Contemporary East Asia* (Illustrated ed.). Stanford University Press.

Keyes, K. (1999). *El Mono número cien.* Luciérnaga.

Lipton, B. H. (2016). *La biología de la creencia.* La Esfera de los Libros, S.L.

Morgan, G. (2015). *How to Do Everything: Genealogy, Fourth Edition* (4th Revised ed.). McGraw-Hill Companies.

Myss, C. (1997). *Why People Don't Heal and How They Can*. Three Rivers Press.

Plomin, R. (2018). *Blueprint: How DNA Makes Us Who We Are*. Penguin.

Rodriguez, T. (1 de marzo, 2015). Descendants of Holocaust Survivors May

Have Increased Stress Hormones. *Scientific American*. https://www.scientificamerican.com/article/descendants-of-holocaust-survivors-have-altered-stress-hormones/

Westin, J. E. (1998). *Finding Your Roots: How to Trace Your Ancestors at Home and Abroad* (Rev Exp ed.). J P Tarcher.

Your Chinese Astrology. «Lucky Moles on Face», consultado el 31 de agosto de 2019. https://www.yourchineseastrology.com/face-reading/moles/lucky-moles.htm.

Recursos adicionales

Recursos de investigación genealógica

Si estás buscando darle un significado más profundo a tu historia personal, la investigación genealógica te ofrecerá una fantástica visión de los aspectos ocultos de tu ser. Aquí tienes algunas páginas que te ayudarán a empezar:

- Ancestry.com
- Ancestry Academy, ancestry.com/academy/courses/recommended
- Ancestry DNA, ancestry.com/dna
- Archives.com
- Find a Grave, findagrave.com
- Genealogy.com
- Newspapers.com
- RootsWeb, rootsweb.com

Recursos para el ADN

He aquí unos cuantos y maravillosos sitios web para aquellos que estáis interesados en la información del ADN:

- MedlinePlus, medlineplus.gov. Esta web está patrocinada por el gobierno de los Estados Unidos y es similar a WebMD, pero sin los anuncios. ¡Un gran recurso!
- Genetic Home Reference, ghr.nlm.nih.gov
- My Family Health Portrait from the CDC, phgkb.cdc.gov/

Para contactar con la autora

Si deseas ponerte en contacto con la autora o te gustaría recibir más información sobre este libro, por favor, dirígete a la atención de Llewellyn Worldwide Ltd. y nosotros le remitiremos tu petición. Tanto la autora como la editorial agradecemos saber vuestra opinión, lo mucho que habéis disfrutado del libro y cómo os ha ayudado. Llewellyn Worldwide Ltd. no puede garantizar que todas las cartas que se le escriban a la autora reciban respuesta, pero sí que se le remitirán. Por favor, escribe a la atención de:

Shelley A. Kaehr PhD
c/o Llewellyn Worldwide
2143 Wooddale Drive
Woodbury, MN 55125-2989

Por favor, incluye un sobre franqueado con tu dirección o 1 $ para cubrir los gastos. Para envíos desde fuera de Estados Unidos, incluye un sello de respuesta internacional.